

**Вищий навчальний заклад Укоопспілки
«ПОЛТАВСЬКИЙ УНІВЕРСИТЕТ ЕКОНОМІКИ І ТОРГІВЛІ»
(ПУЕТ)**

М. М. Мовчан

СТРАХ ЯК ПРОБЛЕМА БУТТЯ ЛЮДИНИ В СОЦІАЛЬНОМУ СЕРЕДОВИЩІ

МОНОГРАФІЯ

**Полтава
ПУЕТ
2019**

УДК 141.319.8:364.624.6

М74

Рекомендовано до видання, розміщення в електронній бібліотеці та використання в освітньому процесі вченою радою університету, протокол № 6 від 22 травня 2019 р.

Рецензенти:

А. В. Худенко, д. філос. н., професор кафедри соціології Одеського національного університету імені І. І. Мечникова;

О. М. Rogovskiy, д. філос. н., професор кафедри політології, соціології і культурології Харківського національного педагогічного університету імені Г. С. Сковороди;

І. Д. Загріичук, д. філос. н., професор кафедри філософії та соціології Українського державного залізничного університету (м. Харків).

Мовчан М. М.

М74 Страх як проблема буття людини в соціальному середовищі : монографія / М. М. Мовчан. – Полтава : ПУЕТ, 2019. – 356 с.

ISBN 978-966-184-368-3

У монографії осмислено тасмницю буття людини – страх. Автором визначено онтологічний статус страху; проаналізовано тлумачення страху в науковій літературі; розглянуто генезис страху на етапах розвитку людства; розкрито специфіку цього екзистенціалу у психоаналізі та екзистенціалізмі; охарактеризовано страх в українській духовно-культурній традиції; показано відношення страху до релігії, хоробрості, кооперації; відрефлексовано суттєві страхи сучасності; виявлено причини страхів та запропоновано методи їх мінімізації й подолання.

Книга розрахована на філософів, психологів, культурологів, соціологів, істориків та всіх тих, хто цікавиться актуальними проблемами людини.

УДК 141.319.8:364.624.6

© М. М. Мовчан, 2019

© Вищий навчальний заклад Укоопспілки
«Полтавський університет економіки і торгівлі», 2019

ISBN 978-966-184-368-3

ЗМІСТ

ВСТУП.....	5
РОЗДІЛ 1. ВИЗНАЧЕННЯ ТА ІНТЕРПРЕТАЦІЯ ФЕНОМЕНА СТРАХУ У ФІЛОСОФСЬКО- АНТРОПОЛОГІЧНОМУ ДИСКУРСІ	11
1.1. Страх у зарубіжних та вітчизняних джерелах	11
1.2. Онтологічний статус страху	24
Висновки до розділу 1	37
РОЗДІЛ 2. ГЕНЕЗИС СТРАХУ НА КУЛЬТУРНО- ІСТОРИЧНИХ ЕТАПАХ РОЗВИТКУ ЛЮДСТВА	40
2.1. Страх в античній філософії.....	40
2.2. Екзистенціал страху в Середньовіччі, Відродженні та в часи Реформації	49
2.3. Страх у Новий час, в епоху Просвітництва та в німецькій класичній філософії	60
2.4. Аналіз страху в екзистенціальній та психоаналітичній філософії	72
2.5. Страх в українській духовно-культурній традиції	104
Висновки до розділу 2.....	129
РОЗДІЛ 3. ПРОБЛЕМА КЛАСИФІКАЦІЇ СТРАХУ ТА ЙОГО РІВНІ	135
3.1. Класифікація страху	135
3.1.1. Смерть і страх смерті.....	144
3.1.2. Страх самотності	173
3.1.3. Страх старості.....	181
3.1.4. Страх грошей.....	196
3.1.5. Страх Божий	206
3.1.6. Дитячі страхи.....	215

3.2. Рівні феномена страху (тривога, переляк, боязнь, жах, паніка, фобія).....	227
Висновки до розділу 3.....	247
РОЗДІЛ 4. СТРАХ ЯК ПОЛІВЕКТОРНИЙ ФЕНОМЕН: ПРОБЛЕМИ І ПЕРСПЕКТИВИ.....	253
4.1. Страх і релігія	253
4.2. Хоробрість як протилежність страху.....	265
4.3. Кооперація і страх	276
4.4. Проблеми і перспективи подолання страху	284
4.4.1. Когнітивні методи і стороння допомога.....	292
4.4.2. Використання психологічного захисту, спеціальних методик та психоаналізу для подолання страху.....	297
4.5. Позитивне й негативне значення страху для людини.....	305
Висновки до розділу 4.....	308
ВИСНОВКИ.....	313
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ.....	323

Світлій пам'яті наукового консультанта доктора філософських наук, професора Григорія Івановича Волинки, а також мого друга Сергія Валентиновича Бикова присвячую.

Михайло Мовчан

ВСТУП

Ще родоначальник німецької класичної філософії І. Кант у «критичний» період своєї творчості говорив про три присутні питання філософії: «Що я можу знати?», «Що я маю робити?», «На що я можу сподіватися?». Вони розкривають різноманітні види людської діяльності (пізнавальну, моральну та релігійну) і, на думку мислителя, органічно поєднуються та містяться в четвертому питанні: «Що таке людина?». Донині на нього, як і на попередні, не було і немає остаточної й вичерпної відповіді.

Людина – це водночас і суб'єкт, і найбільш складний об'єкт дослідження. Осмислюючи буття і світ, сьогодні вона все частіше порушує проблему самої себе – проблему людини (власне життя, соціалізація, радості й печалі, тривоги і страхи, віра й сумніви та ін.), адже людина (індивід, особистість, індивідуальність) володіє мисленням і мовою та складною структурою мисленнєвої й емоційної діяльності, яку ми називаємо свідомістю. Це єдина у світі істота, яка розуміє свою скінченність та недосконалість, а також недовершеність свого земного дому, часто послуговуючись для самоозначення словами «слабкість», «неприспособленість», «приреченість», «нікчемність», «самотність», «страх» тощо.

Із багатовимірного переліку складних аспектів проблеми людини ми виокремлюємо питання страху як базове філософське поняття.

Дуже часто від страху може залежати здоров'я (і навіть саме життя) індивіда, яке для людини є вищою цінністю. Згодимося з відомим німецьким філософом А. Шопенгауером (1788–1860), котрий у «Афоризмах життєвої мудрості» писав, що «дев'ять десятих нашого щастя засновані на здоров'ї. При ньому все стає джерелом насолоди, тоді як без нього рішуче ніяке вище благо не може принести задоволення; навіть суб'єктивні блага: якості

розуму, душі, темпераменту – при хворобливому стані слабшають і завмирають... Звідси висновок той, що найбільшою дурістю було б жертвувати своїм здоров'ям заради чого б то не було: заради багатства, кар'єри, освіти, слави, не кажучи вже про чуттєві і швидкоплинні насолоди, точніше, всім цим варто пожертвувати заради здоров'я» [176, с. 423].

Страх супроводжує нас від народження до смерті. Він відомий людству з незапам'ятних часів, ще відтоді, коли індивід почав усвідомлювати світобудову загалом і свою природу зокрема. Так само віддавна страх став об'єктом філософської обсервації, яка в різні історичні періоди мала свою специфіку. А проте вивчення цього феномена стало особливо значущим і актуальним саме сьогодні, коли переживання страху надзвичайно загострилося. Страх має особливий вплив на життя сучасної особистості, яка влаштовує своє життя в непростих соціальних умовах, коли відбувається руйнація усталених традиційних загальнолюдських моральних цінностей і в суспільстві володарює лицемірство та життя за подвійними моральними принципами. У такому соціальному середовищі аргументи розуму особистості втрачають дієвість і відходять на другий план.

Настрій і поведінки соціального індивіда багато в чому залежить від тих відчуттів, яких він очікує стосовно майбутнього, і страх перед ним є типовим для новітньої епохи. Проблеми особистого й соціального страху, соціальної нестабільності, деструкції актуалізуються в контексті проблем виживання й розвитку українського суспільства, пошуку соціальних сил, які могли б сприяти зміцненню позитивних процесів. У XX столітті (і передусім на Заході) зацікавлення страхом набуло фактично масового характеру як на теоретичному, так і на буденному рівні. Незважаючи на те, що на календарі сучасної історії вже XXI століття, людство так і не змогло позбутися старих страхів, які переслідують його з давніх-давен, але, на жаль, ще й набуло багато нових, не відомих у попередні епохи (наприклад, страхи в комунікативному просторі Інтернету). Таким чином, проблема людського страху залишається однією з найбільш актуальних як у філософії, так і в інших сферах знання.

Політичні, економічні, соціокультурні, техногенні процеси сучасного життя, війни, тероризм, сепаратизм, безробіття, бідність, хвороби та слабка захищеність населення від негативних явищ породжують у глобальних масштабах почуття невдоволення, покинутості, відчуження і невпевненості, продукують переживання страху і цим самим актуалізують його дослідження. Страх сьогодні стає постійною характеристикою свідомості, а це, у свою чергу, дає нам підстави говорити про формування катастрофічної свідомості. Спираючись на певні факти, один із творців концепції постіндустріального суспільства американський соціолог та футуролог Е. Тоффлер (1928–2016) робить невтішний філософський прогноз майбутнього, зазначаючи, що «несвідомий страх, масові неврози, непіддатні розумному поясненню вчинки, нестримні акти насильства – усе це лише слабкі симптоми хвороби, яка чекає нас попереду» [349, с. 90].

Страх має як позитивне, так і негативне значення. Особливу увагу пересічний українець акцентує на його негативних аспектах. Відомо ж бо, що страх може дезорганізовувати людину, руйнувати конструктивну складову особистості, не давати змоги долати духовну кризу і розвивати позитивне світосприйняття та ефективно вдосконалювати себе на основі загальнолюдських цінностей.

Що ж таке страх? Удавана простота питання не передбачає просту відповідь. В історії становлення розуміння феномена страху трапляються спроби його визначення як інстинкту, відчуття, почуття, емоції, стану, пристрасті, афекту, фрустрації тощо. Зауважимо, що проблемі страху взагалі, а також різноманітних його виявів зокрема протягом багатьох років у вітчизняній філософській думці не приділялося належної уваги, а її розробкою переважно займалися зарубіжні й радянські представники передусім психологічної науки.

Свого часу Г. В. Ф. Гегель започаткував філософський розгляд страху. С. К'єркегор, Ф. Ніцше, З. Фрейд, О. Шопенгауер розвинули тлумачення цього феномена як філософського поняття, невизначеність якого пояснювали недостатнім рівнем розкриття його онтологічної різноманітності. Страх як екзистен-

ційне відчуття, уведений у науковий обіг С. К'єркегором, розробляли М. Гайдеггер, К. Ясперс, П. Тіллїх, Ж.-П. Сартр, А. Камю та ін. Велику увагу дослідженню страху як невід'ємному елементу буття людини приділяли представники психоаналізу й неофрейдизму (З. Фрейд, О. Ранк, К. Юнг, К. Хорні, Е. Фромм та ін.). Проблема страху проаналізовано в працях сучасних російських філософів А. Гагаріна, П. Гуревича, І. Євлямпієва, Б. Ємельянова, А. Замалеєва, А. Королькова, О. Логінової, І. Осипова, Ю. Пустовойт, О. Райкової, О. Романової, Л. Шапошникова, Є. Шевченка та ін. У новочасній українській філософській думці і суміжних дисциплінах дана проблема залишається маловивченою. Слід зауважити, що тільки останнім часом у нашій країні почали з'являтися студії, які торкаються окремих сторін феномена страху. Серед них виділимо праці таких авторів як: І. Бичко, Л. Газнюк, Є. Головаха, Л. Горохова, Т. Коваль, В. Лук'янець, Т. Лютий, Н. Паніна, О. Туренко, Н. Хамітов та ін.

У цій розвідці ми розглядаємо особливості визначення та інтерпретації феномена страху у зарубіжній і вітчизняній науці, а також даємо власну дефініцію, спираючись на наявні міждисциплінарні напрацювання (насамперед у філософії, психології, культурології тощо) з цієї тематики. У монографії накреслено онтологічну модель (характеристику) страху, де особлива увага зосереджується не лише на конкретному людському бутті (що у філософії екзистенціалізму називається екзистенцією (існуванням) та відношенні людини до буття, але й на його бінарній протилежності – небутті, тобто на тому, що буттям не є. Небуття – це суперечливий процес (момент) зникнення одного і виникнення іншого чи навпаки.

Важливо простежити й генезис страху як антропологічного феномена на культурно-історичних етапах розвитку філософської думки: у періоди грецької та римської Античності (Платон, Аристотель, Епікур, Тіт Лукрецій Кар), Середньовіччя (Аврелій Августин), Відродження (М. Монтень, Н. Макіавеллі), Реформації (М. Лютер), Нового часу (Р. Декарт, Т. Гоббс, Б. Паскаль, Д. Юм), Просвітництва (П. Гольбах, Ш. Монтеск'є, К. Гельвецій), німецької класичної філософії (І. Кант,

Ф. Шеллінг, Г. Гегель, Л. Фейербах). Розглядаючи екзистенціал страху, необхідно звернутися до неklasичної філософії, зокрема екзистенціалізму, де страх є одним з основних модусів людського існування (С. К'єркегор, М. Гайдеггер, О. Больнов, К. Ясперс, Ж. -П. Сартр, А. Камю, М. Бердяєв), і психоаналізу, де страх та його природа стає однією з визначальних тем (З. Фрейд, О. Ранк, Е. Фромм, Г. С. Салліван, К. Хорні). У фокусі нашої уваги перебуває проблема страху в українській духовно-культурній традиції (страхи в Києво-Руській державі; місце і сутність страху в найвидатнішого мислителя України Г. Сковороди та одного з найглибших інтерпретаторів теми страху у світовій культурі – М. Гоголя; соціальний аспект страху, який був властивий українському шістдесятництву у XX столітті).

Як і за якими параметрами можна класифікувати страх? У монографії ми розглянемо кілька відомих класифікацій, передовсім О. Захарова, А. Кемпінські, Х. Христозова, Ю. Щербатих, Ф. Рімана. Услід за ними з численних страхів сучасної людини виокремимо страх смерті, страх самотності, страх старості, дитячі страхи, страх грошей, страх Божий і зробимо їх філософський аналіз. Накреслимо схему прояву страху згідно з посиленням психологічної напруги, пов'язаної з реакцією на несприятливі життєві обставини. У нас вона має такий вигляд: тривога – переляк – боязнь – страх – жах – паніка. До вищеназваного списку додамо ще й фобію як окрему й специфічну форму страху зі своєю інтенсивністю.

Що ж потрібно людині зробити для того, аби подолати чи бодай мінімізувати цей стан? Передусім треба визнати, що він у неї є, і конкретизувати, який саме страх вона переживає в даний момент. У дослідженні пропонується розглянути відношення страху і релігії, страху й хоробрості, страху й кооперації, які водночас виступають ще й ефективними засобами боротьби та подолання страху як полівекторного феномена. Дієвими засобами є також когнітивні методики (які застосовують силу людського розуму і логіки), стороння допомога (підтримка в тяжкі хвилини життя з боку іншої людини), психологічний захист (механізми психологічного захисту: від 15 (А. Фрейд) до 23

(С. Фрейзер), спеціальні методики (аутогенне тренування і нейролінгвістичне програмування (НЛП)), езотерика Сходу (насамперед Індії), психоаналіз тощо.

Накопичений теоретичний і фактичний матеріал, різноманітні підходи й дискусійні точки зору в обговоренні багатофункціонального феномена страху і шляхів його теоретичного опису вимагають поглибленого вивчення історичного і сучасного стану осмислюваної проблеми, а також подальших творчих напрацювань у цьому напрямку.

Аналіз екзистенціалу страху як феномена людського буття дає можливість наблизитись до пізнання незбагненої таємниці людини.

РОЗДІЛ 1. ВИЗНАЧЕННЯ ТА ІНТЕРПРЕТАЦІЯ ФЕНОМЕНА СТРАХУ У ФІЛОСОФСЬКО- АНТРОПОЛОГІЧНОМУ ДИСКУРСІ

1.1. Страх у зарубіжних і вітчизняних джерелах

Наявність проблеми страху на теренах колишнього СРСР, у тому числі й України, тривалий час замовчувалася або ж цілковито заперечувалася. Офіційна наука й пропаганда стверджували, що вона властива лише західним буржуазним країнам. Ідеологи лукавили, підкреслюючи, що радянські люди – найсвідоміші у світі, тож їм не потрібно звертати увагу на різні витівки капіталістів. «На Заході, мовляв, панує культ індивідуалізму й насильства, а в Радянському Союзі переважає дух колективізму та взаємодопомоги, тому і неможливим є таке відчуття як страх» [207, с. 158]. Зараз ми розуміємо, що влада постійно навіювала страх, багато років використовувала його психологічні механізми для формування ущербної самосвідомості особистості (культування страху, соціальна епідемія страху (мільйони замордованих репресіями в 1930-х – 1950-х роках), масова ненависть до інтелігенції, невідступна і всюдисуща тінь «ворога народу» тощо). Заборонялися навіть певні галузі науки, як-то генетика, психологія та ін., ставилися табу на обговорення окремих проблем у філософії, зокрема на вивчення страху як стану, невластивого «будівникові комунізму».

Знаний радянський письменник В. Каверін (1902–1989), автор знаменитих «Двох капітанів» (роману та однойменного фільму, надзвичайно популярних у СРСР у 70–80-ті роки ХХ ст.), у передмові до книги спогадів «Епілог», до речі, розпочату в період так званого брежнєвського застою, писав про специфічність психологічного стану своїх сучасників: «Панівним відчуттям, яке ставило нездоланні перешкоди розвитку й економіки і культури, був страх. Правда, це було зовсім не те почуття, яке ми переживали в тридцятих-сорокових роках, коли страх був тісно пов'язаний з арештом, тортурами, розстрілом, смертельною небезпекою у всіх її проявах. Але це був стійкий страх, який немовби пишався своєю стабільністю, що зжимав у

своїй велетенській лапі будь-яку нову думку, будь-яку, навіть боязку спробу щось змінити. Це був страх, що зупиняв руку письменника, пензель художника, відкриття винахідника, позицію економіста» [137, с. 5].

Відомий російський актор Леонід Броневий (1928–2017), уродженець Києва, котрий став шалено популярним після виходу кіносеріалу «Сімнадцять миттєвостей весни» (1973 р.), де зіграв роль Мюллера, незважаючи на те, що «отримував у СРСР премії, нагороди і звання» [187, с. 15], а його батько «був одним із найжорстокіших слідчих київського ОГПУ, садистськи людей допитував, гроші і показання вибивав» [187, с. 15], свідчив: те, що відбувалося в країні «навіть у найстрашніших казках не описано – це моторошний, абсурдний фільм жахів, що тривав 70 років: настільки тяжкий, що ми досі від перегляду його не відійшли і до будь-якої іншої картинки звикнути не можемо» [187, с. 14]. У таке минуле артист ніколи не хотів би повернутися, бо «жоден орден, жодне у світі благо однієї-єдиної сльозинки скривдженої тобою людини не варте» [187, с. 15].

Лише у 80-ті роки XX століття в Радянському Союзі з'явилися перші невеликі дослідження феномена страху, а з 90-х, коли тоталітарна держава розпалася і на світову арену вийшла незалежна Україна, у нас з'явилася можливість ґрунтовно, неупереджено й різнобічно осмислювати його.

Страх належить до переліку тих понять, реальний життєвий смисл яких, здавалося б, чітко уявляється навіть у буденній свідомості. Проте така ясність оманлива, бо приховує складний, суперечливий зміст, який немовби вислизає з раціонального аналізу.

Слід наголосити, що проблема страху має комплексний, багатогранний і загальнолюдський характер та існує стільки, скільки люди пам'ятають себе. Вона вічна, бо не залежить від суспільно-економічних формацій чи цивілізацій, а властива їм усім. Цій проблемі нині приділяють увагу вчені багатьох країн світу, особливо на Заході. Про страх говорять і пишуть філософи, психологи, соціологи, історики, філологи, медики, письменники тощо. Важливо, сьогодні проблема страху активізується у віт-

чизняних наукових дослідженнях, що вказує на початок тривалого й нелегкого шляху до її розв'язання, крок до успіху.

Кожна людина переживала чи переживає відчуття страху. Він може бути гострим і ледь помітним, постійним чи короткочасним, швидкоплинним, руйнівним і навіть бажаним. Страх є і негативним, і необхідним станом, він лякає і приваблює.

Він виступає означником почуття, стану і художнім образом. Так, слово «страх» простежується в назвах творів світового красного письменства: «Про страх» К. Буличова (Росія) [49], «Страх небесний» Ф. Йеггі (Італія) [136], «Лики страху» Н. Багрової (Росія) [17], «Нічого боятись» Д. Барнса (Англія) [20], «Наука і страх» І. Поляка (Росія) [276], «Страх і його слуга» М. Новакович (Сербія) [245], «Страх, або Безіменна трилогія» А. Заневського (Польща) [118], «Великий страх у горах» Ш. Рамю (Швейцарія) [288], «Анатомія страху» Д. Сантлоуфера (США) [309], «Страх. Новели» С. Цвейга (Німеччина) [393], «Страх» Г. Саєді (Іран) [305], «Страх самотності» С. Дрейк (США) [107] та ін.

Так само воно вживається в назвах фільмів: «Страх», реж. Р. Корман (США, 1963); «Страх висоти», реж. М. Брукс (США, 1977); «Життя під страхом», реж. Я. Чопра (Індія, 1993); «Страх», реж. Дж. Фоулі (США, 1996); «Страх і трепет», реж. А. Корно (Франція, Японія, 2003); «Заповідник страху», реж. М. Вайнберг (Росія, 2007); «Бухта страху», реж. В. Москаленко (Росія, 2007); «Острів страху», реж. М. Сторі (2009, Канада); «Страх», реж. Е. Діблейзі (Великобританія, США, 2009); «Страх», реж. Ж. Балагуєро (2010, Іспанія); «Фобос. Клуб страху», реж. О. Асадулін (Росія, 2010); «Абсолютний страх», реж. Дж. Брентон (США, 2012); «Страх глибини», реж. Й. Робертс (Великобританія, 2016).

До теми страху регулярно звертається телебачення, Інтернет і радіо. «Страх ховається за різними масками. Він може говорити голосом екзистенційного чи особистого досвіду, але при уважнішому погляді з'ясовується, що нами керують великі сегменти організованого страху...» [21, с. 118]. Тут слід пригадати «фільми жахів та страшні оповідання, що є незмінною частиною роз-

ваг поряд із телевізійними комеді-шоу та акторами розмовного жанру» [21, с. 118]. Реаліями нашого життя стали військові конфлікти (Схід України – антитерористична операція (АТО), яка розпочалася з 2014 р., а з 30 квітня 2018 р. переформатована в операцію Об'єднаних сил; сирійський конфлікт (з 11 березня 2011 р. – донині); державні перевороти (чи спроби переворотів, як у Туреччині 15 липня 2016 р.); терористичні акти (у Шотландії (21 грудня 1988 р., м. Локербі), США (11 вересня 2001 р.), Іспанії (11 березня 2004 р., м. Мадрид), Норвегії (22 липня 2011 р. у м. Осло та на острові Утойя, організатор і виконавець А. Брейвік), Бельгії (22 березня 2016 р., м. Брюссель), Франції (13–14 листопада 2015 р., м. Париж, 14 липня 2016 р., м. Ніцца), Новій Зеландії (15 березня 2019 р., м. Крайстчерч), Шрі Ланці (21–22 квітня 2019 р., у кількох містах країни, включно з діловою столицею м. Коломбо).

Про страх постійно говорять друзі й колеги. Навіть закохані, залишаючись наодинці, теж обговорюють проблему страху. На думку З. Баумана, «страх і сучасність – близнята, справжні сіамські близнята, що їх жодна хірургія, хоч яка професійна та оснащена за останнім словом хірургічної техніки, не здатна розділити, не наражаючи на небезпеку життя обох близнюків» [21, с. 119].

У соціальному середовищі зараз здійснюється успішна маніпуляція страхами в усіх сферах життя для того, щоб здобути потрібний результат. Провідну роль тут відіграють засоби масової інформації (ЗМІ). Щоб укотре пересвідчитися в цьому, достатньо ввімкнути телевізор, комп'ютер (підключившись до мережі Інтернет), радіо та побачити й почути, як виробники медикаментів лякають страхом болю, рекламуючи новий «знеболювальний» чи «рятівний» засіб; торговці косметикою використовують страх старості, умовляючи, щоб ви чи ваша дружина придбали чудо-крем, що «омолоджує»; страхові компанії, намагаючись продати черговий страховий поліс, успішно грають на страху злиднів, невідомості і смерті; автори телевізійних програм і новин погрожують співгромадянам фінансовими негараздами, розвалом держави, новою війною; розробники

релігійних передач в один голос волають, що потрібно покаятись, увірувати в Бога, бо потім буде вже пізно. Список експлуататорів страху нескінченний. Від інформаційної агресії позбавитись можна (вимкнувши телевізор чи комп'ютер, не читаючи газет), але вогнища страху не зникнуть самі по собі. Якість свого мислення необхідно змінювати послідовно й щоденно.

Зазначимо, що дієвим засобом для «вимкнення» здорового глузду і захисних психологічних механізмів є ірраціональний страх. Приголомшена особистість легко піддається навіюванню, вірить у будь-який запропонований їй «рятівний засіб». І на це є свої вагомі підстави. Адже не секрет, що людина хоче одержати бажане. На якийсь час вона це й одержує (нехай навіть у вигляді короткострокової надії).

Проблеми страху порушували або досліджували зарубіжні філософи, психологи, соціологи, культурологи, історики, філологи, менеджери, медики, письменники, зокрема: Т. Абакумова, В. Андрусенко, Д. Айке, Д. Барнс, А. Бароссо, М. Бердяєв, Є. Боровой, М. Бубер, Л. Бурбо, Ю. Вагін, В. Вілюнас, Д. Вольф, В. Вундт, А. Гагарін, Г. Гегель, Й. Гейзінга, М. Гайдеггер, П. Гайденок, П. Гуревич, Ж. Делюмо, В. Джеймс, Г. Дік-Рід, С. Дрейк, М. Еліаде, І. Євлампієв, Б. Ємельянов, А. Заневський, А. Захаров, А. Замалєєв, К. Ізард, Ф. Йеггі, А. Камю, Х. Келер, А. Кемпінські, С. К'єркегор, П. Кіньяр, Н. Кіріллова, А. Корольков, Ю. Кочєтова, Д. Крішнамурті, Г. Лебон, С. Левицький, В. Леві, Л. Леві-Брюль, Ж. Лефєвр, О. Логінова, Б. Маліновський, Х. Маріна, Р. Мей, Д. Меркєс, С. Московічі, М. Нельсон, Ф. Ніцше, М. Новакович, А. Нотомб, І. Осипов, Ошо, Б. Паскаль, Дж. і Л. Палмер, Ю. Пустовойт, О. Райкова, Ш. Рамю, О. Ранк, Я. Рейковський, А. Рєньє, Ч. Рікрофт, Ф. Ріман, О. Романова, М. Руїс, М. Савінова, Г. Саєді, Д. Сантлоуфер, Ж.-П. Сартр, Л. Свендсен, О. Сєрова, Е. Тайлор, О. Тапіліна, П. Тіллїх, Л. Толстой, Т. Троуб (Кришнананда), Л. Фєвр, Й. Фраймут, З. Фрейд, Дж. Фрезер, О. Фролова, Е. Фромм, Р. Хаббард, К. Хорні, С. Цвейг, О. Чернавський, Л. Шапошников, С. Шаріф, Р. Шерпетіте, Л. Шєстов, В. Шляпєнтох, О. Шопєнгауєр, К. Г. Юнг, І. Ялом, К. Яспєрс та ін.

З'явилося немало і пізнавальної дитячої літератури, присвяченої питанням страху (О. Близнюк [38], М. Віганд [58], Б. Ляббе [194], Е. Філоненко [360], Т. Шишова [402] та ін.), яка розглядає різноманітні дитячі страхи, встановлює причини їх виникнення, радить, що треба робити дітям і батькам (та іншим дорослим), щоб їх успішно подолати.

Укотре підкреслимо, що у вітчизняній філософії і суміжних дисциплінах проблема страху залишається маловивченою. Лише останнім часом в Україні з'явилися розвідки, що торкаються різних сторін цього феномена, авторами яких є В. Артем'єв, І. Бичко, К. Богун, О. Василега, Л. Газнюк, Є. Головаха, Л. Горохова, В. Живанова, Т. Коваль, О. Колісник, О. Косолапов, Н. Криворучко, С. Кухарський, В. Лук'янець, Т. Лютий, І. Мейжис, Я. Мельник, В. Мельничук, Н. Паніна, В. Табачковський, О. Туренко, Н. Хамітов та інші.

Згадаймо старовинну книжку, видану в Києві 1659 року, – «Ключ розуміння» Іоанікія Галатовського. З-поміж іншого автор описує в ній складні (страшні) часи XVII ст., «коли більше тікали і на смерть поглядали», а «тіло наше не мало спочинку ніякого, у всьому бідуючи: назовні – бої, страхіття всередині». Тоді людей у багатьох країнах (і в Україні також) постійно супроводжував страх, адже боятись їм було чого: «заколоти, повстання, нашествия, смерть, голод, холод... Словом, доба заліза й крові, доба руїни й помилок» [359, с. 12]. Проте причини страху нікуди не зникли й нині. Дослідники доводять, що, як і колись, його породжують принаймні три чинники – незнання, безсилля та приниження. Так, незнання пов'язане з тим, що людина не уявляє, «що станеться далі, наскільки ми вразливі для нещастя, що то будуть за нещастя і звідки їх чекати» [21, с. 119]. Безсилля вказує на підозру, «що ми неспроможні зробити нічого чи майже нічого, щоб запобігти лиху чи відвернути його в разі потреби» [21, с. 119]. Третя причина – приниження, похідна від перших двох: «зростаюча загроза нашій самооцінці та самовпевненості, щойно з'ясовується, що ми не зробили те, що мали зробити, що наша власна неухважність до сигналів, надмірне зволікання, лінощі чи небажання винні значною мірою в тих наслідках, до яких призвело лихо» [21, с. 119].

Подібно до інших світоглядних понять «страх» поєднав у собі основні фази свого тривалого концептуального розвитку. Це поняття поглиблювалось і уточнювалось. Чим вищим був загальнолюдський рівень засвоєння об'єктивної та суб'єктивної реальності, тим змістовнішим ставало й поняття страху. Аналіз наукової літератури з проблеми страху дає підстави стверджувати, що складнощі розпочинаються вже з самого визначення поняття «страх» і його інтерпретації. Непросто дати дефініцію страху. На сьогодні немає універсального, абсолютно точного визначення цього феномена.

Страх – це емоційний стан про який багато людей думають з жахом. Американський учений, один із найбільших сучасних дослідників людських емоцій К. Ізард вивчав ставлення представників різних країн (США, Англії, Німеччини, Швеції, Франції, Греції та Японії) до різноманітних емоцій. Більшість опитаних у відповідь на питання «Якої емоції ви більше всього боїтеся?» назвали емоцію страху [127, с. 292].

Споконвіку страх є реальністю нашого життя. Він властивий людській природі. Знаний український філософ М. Попович влучно стверджував, що «людина таїть в собі безліч доброго і безліч страшного» [61, с. 12]. Первісно в усній народній творчості, передусім у прислів'ях та приказках як безцінному витворі народів Землі, що свідчить про мудрість людей і реалії їх буття, тема страху займала одне з чільних місць. Упродовж кількох століть із вуст в уста передаються такі: «У страху великі очі» [355, с. 147], «Страху нема там, де його не бояться» [11, с. 536], «Страх ніколи до добра не доведе» [354, с. 86], «Страх стереже виноградники» [85, с. 30], «Якби страх рятував, заєць був би безсмертним» [88, с. 125], «Буває, що з остраху стають героями» [154, с. 136], «Не такий страшний чорт, як його малюють» [242, с. 59], «Нема більшої біди, як страх» [2, с. 74], «Страх – брат смерті» [338, с. 115], «Страх смерті страшніший за саму смерть» [59, с. 132], Страх – не порадник, а зрадник» [135, с. 48], «Страх бачить небезпеку всюди» [281, с. 98], «Хто влітку змії злякався, узимку й через мотузок не переступить» [138, с. 101], «Страх гірший від бійки» [133, с. 23], «Там, де

страх, немає любові» [301, с. 127], «Не бери боягуза в супутники, а безголосого в хор [280, с. 111], «Нам нема чого боятися, крім страху» [110, с. 810]. Дослідникам (насамперед філологам) дуже непросто однозначно визначитись, де і в якого народу початково виникла паремія про страх, адже люди постійно мігрували і мали різнобічні зв'язки між собою.

Особистість може переживати страх у різних ситуаціях, але «всі ці ситуації мають одну загальну рису. Вони відчуються, сприймаються людиною як ситуації, в яких під загрозу поставлено її спокій чи безпеку» [127, с. 292]. Надія на можливість прожити без страху – ілюзія; він міститься в нашому існуванні і є «відображенням нашої залежності і нашого знання про неминучість смерті» [296, с. 11–12]. Раз і назавжди правильного визначення страху, яке б претендувало на абсолютну істину, сьогодні не існує. Це говорить про те, що означений нами екзистенціал містить у собі багато тасмниць.

У ще радянському енциклопедичному словнику страх визначається як «негативна емоція в ситуації реальної чи уявної небезпеки» [321, с. 1288]. Німецький психоаналітик *Д. Айке* говорить: «Страх, як відомо кожному із власного досвіду, це неприємне емоційне переживання, коли людина в тій або іншій мірі усвідомлює, що їй загрожує небезпека» [3, с. 44]. У цьому визначенні вченого, як указує *О. Фролова*, видно певну розпливчастість формулювання. Під страхом, з огляду на його припущення – «в тій або іншій мірі», можна розуміти й тривожність [375, с. 16].

Відомий представник німецької неklasичної філософії *Ф. Ніцше* (1844–1900) тлумачить страх, як «...спадкове, основне почуття людини; страхом пояснюється все, спадковий гріх і спадкові чесноти» [243, с. 322]. Тобто страх видається родовим людським почуттям.

Засновник психоаналізу *З. Фрейд* (1856–1939) «підкреслює амбівалентну природу страху і пов'язує його з життям несвідомого» [246, с. 645]. Страх, на думку вченого, – «суб'єктивний стан, в якому опиняється людина...» [374, с. 400], «це афективний стан, поєднання певних відчуттів з ряду насолода-страх-

дання з іннерваціями, що забезпечують відплив енергії, та їхнім сприйняттям; страх – це ще, либонь, і залишкове враження певної важливої події, що ми його дістаємо в спадок, – одне слово, страх можна порівняти з індивідуально набутим істеричним нападом» [374, с. 548]. Таким чином, згідно з З. Фрейдом, цей феномен стосується негативного людського стану (у даному разі – афекту), який можна прирівняти до істерії. Учений вважає, що «стан афекту збудований так само, як напад істерії, і те, і те – наслідок, осад спогаду» [374, с. 400].

Індійський мислитель *Д. Крішнамурті* (1895–1986) розглядає страх як процес розуму в боротьбі становлення; це невпевненість у пошуках надійності. Страх буває тільки відносно чогось; він не може існувати сам по собі, відірваний від усього. Філософ підкреслює, що абстрактного страху не може бути. Як абстракція, страх – це лише слово. Є страх перед відомим чи невідомим, перед тим, що людина зробила або що може зробити; страх перед минулим чи майбутнім. Відношення між тим, що людина є, і тим, чим вона бажає бути, породжує страх. Страх виникає тоді, коли те, що індивід є, він витлумачує в термінах захоплення і покарання. Він приходить разом із відповідальністю і бажанням від неї позбавитись. Існує страх, породжений контрастом між стражданням і задоволенням. Страх є в конфлікті протилежностей тощо. *Д. Крішнамурті* говорить, що розум створює страх; і коли він цей страх аналізує, щоб вияснити його причину і позбавитися від страху, він лише ще більше себе ізолює і цим збільшує страх. Коли людина здійснює аналіз, стаючи проти сум'яття, вона збільшує силу опору; а опір сум'яттю лише посилює страх перед ним, що перешкоджає свободі [172, с. 100–101].

Німецький дослідник страху *Ф. Ріман* (1902–1979) наголошує, що кожна людина має свою індивідуальну форму страху, яка також належить до способу життя людини, так, як і властива тільки їй форма любові та її власна, індивідуальна невідворотність смерті. Страх, вважає учений, індивідуальний і відображає особистісну специфіку кожної людини, він простежується в усіх суспільних укладах. Наш страх пов'язаний з нашими індивідуальними умовами життя, нашою схильністю і нашим ото-

ченням, він має свою історію розвитку і починається з вихідної точки нашого розвитку (тобто народжується разом з нами). Якщо розглядати страх «без страху» (за Ф. Ріманом), то складатиметься враження, що він має подвійний аспект: з одного боку, страх активізує нас, а з другого – паралізує. Страх дослідник тлумачить як сигнал попередження про небезпеку, що однаковою мірою вміщує пропозицію, тобто імпульс до подолання цієї небезпеки [296, с. 14].

Учений *I. Вагін* розглядає страх як неприємне відчуття, що тисне на людину, обмежує її свободу, змушує бути жертвою обставин. Страх у нього – не що інше, як стан малої смерті [51, с. 1].

В. Позняков пов'язує цей феномен з очікуванням чогось неприємного (визначеного неприємного), спрямованого на предмет [272, с. 5–6]. Але він вважає страх ще й «інстинктом самозбереження», який може оберігати людину від будь-якої небезпеки, спрямованої на руйнацію її благополуччя.

Відомий російський філософ *Ю. Хрустальов* говорить про страх як «афективний стан очікування людиною якоїсь небезпеки, що загрожує їй» [396, с. 361]. Він наголошує, що людський страх має різноманітні причини і приводи, а також може виникати навіть без них. Є виправдані страхи і безпредметні. Друга група страхів, на думку цього науковця, досліджувалася ще у працях *З. Фрейда*, який використовував для їх позначення спеціальний термін – «готовність до страху».

Л. Львова послуговується визначенням страху з Великої радянської енциклопедії, де страх – це «негативна емоція в ситуації реальної чи уявної небезпеки» [193, с. 1]. Дослідниця виокремлює інстинктивний (вроджений) і набутий страх. Інстинктивний передається «спадково» із покоління в покоління і виникає у реальній чи уявній небезпеці (однакова реакція на хижака і на тінь, що нагадує цього хижака), а набутий страх базується на попередньому досвіді – чи то загрозна ситуація, створена штучно, чи життєві обставини, що бували в минулому (боязнь автомобіля в людини, що пережила аварію).

На страхові як нормальній реакції, такій самій, як радість, любов, печаль, акцентує увагу *Н. Кухіна*. Страх, вважає вона,

захищає нас від того, щоб ми не потрапляли в ситуацію, де існує небезпека втратити своє життя [179, с. 1].

Російський науковець *В. Бакиштов* визначає страх як єдність двох його складників – біологічної емоції (природного) і соціального почуття (соціального) [18, с. 96–98]. Природний складник сформувався під час філогенезу людського роду. Він генетично запрограмований і пов'язаний із небезпеками, що загрожують людині як біологічному організму. Соціальний складник сформувався впродовж соціокультурної еволюції людства і пов'язаний із небезпеками, що загрожують людині як особистості [44, с. 17–18].

Дослідниця соціально-філософських аспектів страху в російській релігійній філософії кінця XIX – першої половини XX століття *О. Логінова* пов'язує страх із небезпекою. Вона підкреслює, що у найбільш загальному сенсі «страх – це боязнь чи емоція, яка виникає за наявності в довколишньому середовищі якоїсь загрози» [191, с. 74].

Українські вчені *М. Камуба*, *В. Єлагін*, *П. Шевчук*, *Т. Панфілова* підкреслюють, що страх є стражданням, тяжким емоційним станом, пов'язаним із відчуттям безсилля, беззахисності перед небезпекою. Вони вбачають у ньому захисну реакцію живого організму на небезпеку. Це своєрідний сигнал тривоги, що став самостійним явищем. Ці науковці виділяють інтенсивність страху – боязнь, переляк, жах. На їхню думку, постійний страх може перерости в невроз і заважати індивіду нормально жити [149, с. 1].

Дослідники *С. Максименко* й *В. Андрієвська* говорять про страх як про емоційний стан, що виникає в ситуаціях дійсної чи уявної загрози життю й благополуччю людини... Загроза, що викликає страх, на їхню думку, може бути як фізичною, так і психологічною. Страх ґрунтується на інстинкті самозбереження і з'являється під впливом процесів і подій, що становлять небезпеку для людини як біологічної істоти (запаморочення, задуха, раптова втрата рівноваги, падіння, агресивна поведінка тварин тощо), а також – істоти соціальної (моральне покарання, осуд, ізоляція, глум, ураження почуття гідності, зниження власного статусу в колективі і т. ін.) [285, с. 49].

О. Скрипченко, Л. Долинська й З. Огороднійчук тлумачать страх як «негативний емоційний стан, що виникає при одержанні об'єктом інформації про можливе заподіяння шкоди його життєвому благополуччю, про реальну або уявну загрозу» [318, с. 245]. Вони стверджують, що страх обов'язково переживає кожна людина. Пов'язані з ним відчуття «легко відтворюються і можуть прориватися в свідомість у снах» [318, с. 245]. Але водночас ці вчені відносять означений феномен і до емоцій, вважаючи його «найнебезпечнішою» з них [318, с. 245].

Для *Ю. Шадського* та *В. Пічі* страх – найбільш біологічно обумовлена емоція, відображення потреби уникнути небезпеки, в основі якої лежить пасивно чи активно захисний рефлекс, що визначає астенічний або стенічний його прояви. Учені виокремлюють форми страху – побоювання, переляк, тривожне очікування, паніка; роблять певні акценти на стенічному страху («наслода страхом») [397, с. 206].

В. Шапар, В. Олефир, А. Куфлієвський та їхні колеги виокремлюють основні види страху: 1) страх реальний, 2) страх невротичний та 3) страх совісті. Страх у їхньому розумінні – емоція, що виникає в ситуаціях загрози біологічному чи соціальному існуванню індивіда і спрямована на джерело справжньої чи уявної небезпеки. Залежно від характеру загрози інтенсивність і специфіка переживання страху варіюють у досить широкому діапазоні відтінків: побоювання, острах, переляк, жак [286, с. 528].

Як емоцію, що виникає внаслідок реальної або уявної небезпеки, яка загрожує життю істоти, особистості або цінностям (ідеалам, цілям та ін.), що їх захищає особистість, розглядає страх *Є. Мулярчук* [237, с. 610].

Страх для українських філософів *Н. Хамітова* і *С. Крилової* – це екзистенційна ситуація (екзистенціал), в якій людина переживає небезпеку, що загрожує її існуванню [382, с. 192]. На думку *Н. Хамітова*, страху протистоїть усвідомлення приручення страху, спроба зрозуміти його причини. Усвідомлення та пізнання буденності призводять до ілюзії оволодіння страхом. Виникає відчуття, що, пізнавши систему родових заборон, людина

рятується від страху. Але страх, вважає Н. Хамітов, залишається, оскільки в ньому закладений не тільки зовнішній, а й внутрішній зміст. Залишається страх самого себе, вічна непізнаність себе. Страх – це переживання своїх меж, які можна перебороти, але в яких можна і залишитися назавжди. А ще цей учений розрізняє чоловічий і жіночий страх. На перший погляд, немовби чоловіча і жіноча форми страху єдині за змістом і різні за формою прояву. Однак більш глибоке осмислення дозволяє побачити в них суттєву різницю. Чоловік менше, ніж жінка, боїться бути скомпрометованим перед родом, його страх – це страх втрати себе, своєї мужності. Жінка, з одного боку, більше страшиється соціального середовища, його думки про себе, а з другого, часто вона відчуває страх не за себе, а за інших – коханих і дітей [382, с. 192–193].

У «Новій філософській енциклопедії» *П. Гайдено* визначає страх як «тяжке болісне душевне переживання, викликане загрозливою для людини небезпекою і почуттям власного безсилля перед нею» [246, с. 645].

Ю. Волков і *В. Полікарпов* вважають, що страх є емоційним переживанням, яке виникає в ситуаціях загрози фізичному чи соціальному існуванню людини і спрямоване на джерело реальної чи уявної небезпеки: страх перед смертю, перед небуттям, страх безглуздо прожити життя, страх втратити шанс у конкуренції за процвітання, страх перед різними хворобами і небезпеками тощо [65, с. 402]. Ці науковці переконують, що страх може носити як конструктивний, так і деструктивний характер. Це залежить і від соціокультурних умов, і від самої людини, її орієнтації на ту чи іншу систему цінностей, її волі і цілеспрямованості. Страх має природу, подібну до фізичного болю, яка подає сигнал про негаразди в організмі. На думку вищезазначених учених, людина без страху подібна до каліки, котра не відчуває болю: вона втрачає можливість помічати небезпеки і тому стає безсилою перед ними. Тобто страх виконує захисну функцію.

Для *В. Петрушенка* страх – екзистенційне почуття людини, «що викликається передчуттям небезпеки, неминучості покарання, відчуттям власного безсилля або безпорадності, невпевненості у собі або у підставах свого існування» [265, с. 199].

В американського науковця *К. Ізарда* (1924–2017) страх – це емоція, яка складається із «певних і цілком специфічних фізіологічних змін, експресивної поведінки і специфічного переживання, що бере початок з очікування загрози чи небезпеки» [127, с. 293].

Деякі вчені взагалі не дають визначення страху, хоч, на нашу думку, і мали б це робити (наприклад *Є. Некрасов* у енциклопедичному словнику з філософії (2004) лише обмежується констатацією, що страх є одним з основних видів людського ставлення до світу [240, с. 827]). Цим, напевно, вони засвідчують надзвичайну складність точного і змістовного трактування цього феномена.

Отже, констатуємо значні розбіжності в інтерпретації поняття «страх». На думку *В. Вілюнаса*, це може бути пояснено термінологічною різницею, яка певною мірою закладена в повсякденній мові (страх – емоція, почуття, афект, відчуття). Водночас феноменологія досліджуваного явища не має чітко виражених ознак, які могли б забезпечити його впорядкування. Істотною причиною невизначеності поняття «страх» є й те, що концепції емоцій, у тому числі й страху, створювалися різними мовами і в різні епохи, мають свої традиції у вживанні термінів [177].

Ураховуючи результати новітніх досліджень за кордоном і в нашій країні, ми інтерпретуємо поняття страху так: це стан, який виражає невпевненість у пошуках надійності, що зумовлений дійсною чи уявною загрозою біологічному чи соціальному існуванню і благополуччю людини, забезпечуючи при цьому, на певний час, самозбереження індивіда [230, с. 96].

1.2. Онтологічний статус страху

Відомо, що онтологічний предметний рівень у проблемній філософській площині займає одне з найважливіших місць.

Послугуючись дослідженнями у сфері онтології *Є. Борового*, *М. Гайдеггера*, *П. Гуревича*, *П. Тілліха*, *М. Унамуно*, *А. Чанишева*, *К. Ясперса* та ін., маємо достатні підстави ствер-

джувати, що страх – онтологічна характеристика людини (онтологічно-антропологічна). На підтвердження цього вчені навіть перефразували знаменитий принцип Р. Декарта, який він «поклав в основу своєї філософської системи» [64, с. 257]: «Я мислю, отже, я існую» сьогодні замінюється на «Я боюсь, отже, існую» [21, с. 118].

Досить цікавими в сучасній філософській думці є спроби відшукати людське в самій людині, зацентрувавши при цьому увагу на відношенні людини до буття та на його бінарній протилежності (хоч це сьогодні дискусійне питання) – небутті. Слід зауважити, що вперше питання про буття як онтологічну категорію було порушене ще в античній філософії. Це трапилося в той час, коли люди почали втрачати віру в олімпійських богів, коли античний індивід позбувався життєвих основ. Тоді Парменід, Платон та ін. висунули ідею буття передусім як гаранта стійкого існування у світі. Цікавим моментом для розуміння співвідношення страху і самого буття є «відсутність в античній людини (пізніше і в середньовічній) уявлення про нескінченний просторово-часовий континуум, настільки звичного для сучасної людини» [68, с. 138]. Антична людина бачила світ, як обмежене ціле, що має певну форму. Індивід у цей час не виходив за межі світу, у нього було своєрідне несвідоме самообмеження.

Колись Е. Фромм (1900–1980), котрому 1966 р. американська Гуманістична Асоціація присвоїла звання «гуманіст року» [89, с. 305], писав: «Людина – єдина жива істота, що відчуває власне буття як проблему, яку вона повинна вирішити і якої вона не може позбутися...» [377, с. 445–446]. Проблеми буття не байдужі всім поколінням і зараз, як ніколи раніше, проблеми буття – безпосередньої життєдіяльності – у центрі уваги всіх націй і народностей, усього людства [188, с. 159].

На відміну від тварин людина може свідомо переживати своє буття, а також замислюватись про небуття, яке обов'язково чекає її в майбутньому. При цьому її часто охоплюють надзвичайні трепетні почуття, де особливо дієвим і сильним є стан страху. Спостерігаючи це, видатний німецький філософ Г. Гегель називає страх «невіддільною властивістю будь-якого

буття» [70, с. 210]. У теорії рефлексії цього мислителя дослідники справедливо вбачають ключ до пошуку найбільш узагальненого онтологічного пояснення природи страху. У філософії «рефлексія (від лат. reflexio – звернення назад) означає: принцип людського мислення, який спрямовує його на осмислення й усвідомлення власних форм і думок; предметний розгляд самого знання, критичний аналіз його змісту і методів пізнання, що розкриває внутрішню будову і специфіку духовного світу людини... У Гегеля рефлексія світового духу виступає рушійною силою його розвитку, внутрішньою формою історичної самосвідомості і саморозвитку культури» [366, с. 555–556]. Цей мислитель вивчає механізм появи страху через діалектичну взаємодію внутрішніх і зовнішніх протилежностей буття. Він переконує: 1) страх виступає найважливішим аспектом розвитку буття і полягає в можливості втрати всяким конкретним буттям (щось) своєї безпосередності, власної якості, можливості самовисунення; 2) природа страху подвійна: це, з одного боку, неспокій буття з приводу охорони власних меж, а з другого, – необхідність розширення власних меж буття; 3) страх як результат експансії іншого має такі модифікації: підпорядкування щось грубій силі іншого з втратою власної якості; тимчасова поступка іншому для майбутнього розвитку щось; ухвалення іншого для посилення потужності власної якості щось; 4) будучи іманентною характеристикою розвитку буття, страх обумовлюється його основними формами руху, взаємодії його сутнісних компонентів: дії – протидії, тяжіння – відштовхування, кінцевого – нескінченного, кількості – якості тощо [108]. Г. Гегель як один з оригінальних розробників та інтерпретаторів ідеалістичної діалектики показує «механізм появи людського страху через діалектику взаємодії окремої, емпіричної, кінцевої свідомості і свідомості загального, абсолютного, нескінченного» [108].

Мислитель визначає страх (передусім соціальний) як «відчуття суб'єктом власної нікчемності в порівнянні з Богом. Усвідомлюючи свою обмеженість і безумовно приймаючи віру в абсолют Творця, суб'єкт тим самим набуває справжньої мудрості і свободи» [108]. На думку Г. Гегеля, страх є внутрішнім

стисненням душі в собі перед лицем заперечення, що вважається нездоланим. Практика засвідчує, що в багатьох випадках страх буває досить деструктивним, оскільки часто негативно впливає на всі складники особистості людини.

Чимало вчених досить переконливо зазначають, що в онтологічному плані, пов'язаному з феноменом страху, небуття відчуження людини найбільш характерно проявляється в принципі скінченності [221, с. 83]. Цей принцип закладений у самій структурі людської свідомості, він перебуває в центрі особистого існування. Головним критерієм скінченності виступає тимчасовий характер існування людини. Тимчасовість має свої рамки, тобто завжди продовжується певний час. Лише завдячуючи свідомості, індивід здатен усвідомлювати свою скінченність у світі. «Людське буття – буття, що усвідомлює свою нестійкість, усвідомлення скінченним своєї скінченності, а цим самим і супротивної йому нескінченності (у свідомості)» [395, с. 163]. Усе те, що пов'язане з часом, існуванням, становленням та зникненням, має буття. В екзистенціалізмі буття розуміється як конкретне людське буття (суб'єктивне існування) – екзистенція і стверджується, що про буття світу, незалежного від людини, говорити недоречно. Буттю індивіда «завжди протистойть і «ховається» за його «спиною» небуття» [320, с. 44]. Л. Сморгж відповідально заявляє, що «небуття є моментом виникнення одного і зникнення іншого, або навпаки. Все виникає, певний час існує і гине – назавжди. Оскільки з небуттям пов'язується не тільки смерть, але й нереалізовані плани, обмануті надії, розірвані зв'язки...» [320, с. 44–45]. Авторитетний фахівець у сфері онтології, один із творців «філософії небуття» А. Чанишев (1926–2005) вважає небуття більш важливим, ніж буття. «Субстанцією може бути тільки небуття як первинне й абсолютне щодо буття» [395, с. 153]. На нашу думку, цей філософ пропонує формулу: шлях від небуття лежить через буття і знову завершується небуттям (небуття – буття – небуття). А от П. Гуревич зауважує, що «деякі мислителі відмовляють небуттю в понятійному характері і намагаються його усунути з філософії» [90, с. 144]. І на це є свої причини, адже бути – означає жити.

Відразу ж за цим виникає запитання: «Що буде після смерті?». Відповіді на нього (передусім релігійні) часто наштовхують багатьох філософів на ліквідацію поняття «небуття».

Важливо сказати, що людина завжди непросто ставилася до свого буття у довколишньому середовищі. Однією з ознак такого ставлення є страх. Індивід постійно перебуває в бутті і взаємодіє з ним. І тут варто з'ясувати одне питання, яке має неабияке значення для розуміння нашої проблеми: так що ж лякало і продовжує лякати людину в її взаємовідносинах з буттям? Порівнюючи нескінченність природи і скінченність людського існування, слід виділити кілька причин страху: 1) природа нескінченна, а людина скінченна й обмежена, природа існує безперервно, а людина – скороминуша і смертна; 2) речі гинуть і змінюються щомиті, а людина через свою скінченність бачить цей процес тільки фрагментарно; 3) речі складаються з однієї основи, а людина антонімічна через подвійність своєї біосоціальної природи. Важливо зауважити, що кінцевий термін життя як людини, так і будь-якого живого організму, «запрограмований у ньому самому, кінцеве, таким чином, присутнє в самому безкінечному, опосередковує його» [19, с. 302]. Підкреслимо, що конкретне буття живих організмів (у тому числі людини, суспільства тощо) із самого початку передбачає небуття, тобто скінченність (кінцеве).

У плані вивчення скінченного одне з чільних місць займає «філософія існування» – екзистенціалізм. Цей напрямок був особливо популярним у середині XX століття. Недарма дослідники називають його «філософією радикальної скінченності» [392, с. 44]. На нашу думку, екзистенціалісти зробили найвагоміший внесок у вивченні онтології страху в неklasичній філософії. Страх у їхньому філософствуванні постає не чим іншим, як метафізичним жахом, як приголомшливим людським прозрінням. З цього приводу Ю. Хрустальов зазначає, що «людині раптом відкривається зяюча безодня її буття, раніше невідома їй. В екзистенціальному страху їй стає зрозумілим онтологічний сенс власного буття. Тільки тепер вона усвідомила, що спокою немає, а є ризик вирішення, яке не гарантує їй успіху. Це й є

справжнє існування людини – постійна тривога за себе, жах перед невідомістю і ризик вільного вибору. Страх із випадкового психологічного стану переходить у постійний онтологічний сенс, що не може не деформувати психіку людей» [396, с. 362].

Сучасний російський філософ Є. Боровой констатує, що в найбільш концентрованому вигляді усвідомлення індивідом своєї відчуженості (в аспекті скінченності свого існування) виявляється у страху смерті як реакції на небуттєву загрозу буттєвому самоствердженню індивіда. Небуття тут проявляється у вигляді феномена смерті, що переводить буттєвість людини за межу небуття, яке передує її народженню [44, с. 35]. У свою чергу, «скінченність надає людському існуванню сенсу, оскільки робить людське життя визначеним, завершеним» [264 с. 322]. Смерть постійно присутня в бутті індивіда. Ми можемо говорити про те, що життя людини завжди закінчується смертю, тож вона (смерть) має для особистості свій особливий сенс. Сьогодні серед науковців навіть точаться дискусії про сенс і передчуття смерті в житті як людини, так і тварин. Індивід – єдина істота серед живих організмів на Землі, яка усвідомлює себе. Один із основних компонентів свідомості – знання. «Знання про смерть у людини не ситуативне (воно не пов'язано лише з конкретною загрозою), а постійне, будучи однією з основ світогляду, надаючи остаточний сенс всім життєвим зусиллям індивіда. Смерть людини – це не тільки природний факт, але й феномен культури. У модусі смерті ототожнюються часом два різних явища – «інстинкт самозбереження» і «страх смерті», що мають абсолютно різну природу: перше – біологічну, а друге – соціокультурну» [44, с. 36]. «Якби ми були безсмертні, то могли б спокійно відкладати кожен свій вчинок на безмежний час. Але перед лицем смерті як абсолютного й неминучого кінця, як межі наших можливостей, ми зобов'язані максимально використати відведений нам час, не втратити жодної можливості наповнити життя сенсом і змістом» [264, с. 322]. Якби не було смерті, «ми не могли б говорити і про життя, була б просто постійна зміна подій» [176, с. 425]. Дослідники зауважують, що «в найдавнішо-

му пралогічному міфомисленні відсутня жорстка дилема живого і мертвого, смерть не усвідомлюється як небуття, а тільки як інобуття» [188, с. 162]. У релігійному світобаченні смерть позбавляється трагізму фінальності. Згідно з християнськими догматами, «саме з настанням фізіологічної смерті пов'язаний акт істинного народження душі» [188, с. 162].

Необхідно відрізнити «страх загибелі», тобто передчасної чи насильницької смерті, і сам «страх смерті» як неминучий кінець біологічного і духовного існування індивіда в результаті вичерпання життєвих ресурсів його організму. До речі, не кожен загибель можна назвати смертю і навпаки. «Загибель – це припинення існування чогось живого (чи пов'язаного з ним) унаслідок зовнішніх несприятливих впливів» [44, с. 304]. Смертність як феномен може виникати «лише на стадії багатоклітинних організмів, які розмножуються статевим шляхом. Ці організми не просто гинуть, а вмирають» [19, с. 305]. Смерть досі є наслідком (безпосереднім чи опосередкованим) багатьох соціальних причин. Звідси й накладання «страху загибелі» на розумне визнання необхідності смерті кожної людини.

У бутті людини існує чимало різноманітних інстинктів, які поєднують людський рід з тваринним. Відомо, що екстраполяцією інстинкту самозбереження є «страх загибелі». Ця екстраполяція відіграє життєзабезпечувальну роль. «Інстинктивний у своїй основі страх індивідуальної загибелі, узятий у широкому контексті, виконує не завжди егоїстичну, а й видозберігаючу функцію. З другого боку, навіть допускаючи зв'язок будь-якого виду страху з інстинктом самозбереження, потрібно враховувати, що індивідуальна свідомість у багатьох аспектах детермінована зовнішнім середовищем» [44, с. 36]. Соціальне оточення необхідне і корисне для індивіда передусім для його особистої самоідентифікації та самореалізації. Завдячуючи іншим, соціуму, людина своєю поведінкою, спілкуванням, діяльністю та її результатами стверджує, засвідчує своє буття (Я існую, Я ось така, це Я). Але слід не забувати і про те, що це оточення іноді буває небезпечним для того ж самого індивіда. У цьому разі йому (індивіду) може загрожувати загибель. Водночас оточення

часто стимулює в людини інстинкт самозбереження і таким чином продукує страх.

На думку Є. Борового, «страх смерті цілком соціальний і формується на основі свідомості й самосвідомості людини. Він ґрунтується на усвідомленні індивідом скінченності свого існування» [44, с. 37]. Соціальність страху, вважає вчений, пов'язана з тим, що такий страх властивий тільки людині, бо у тварин страху самої смерті не існує, а є інстинкт страху.

Людина не повинна постійно відмежовуватися від суспільства, адже вона «невільна первісно,... тому що народжена, має рід, батьків, батьківщину, говорить мовою, в якій уже закладені готові схеми мислення...» [122, с. 488–489]. «Буття поза соціалізованим світом (а отже, поза героїкою, відповідальністю, співчуттям, турботами про інших, самопожертвою), на думку В. Звизняцького, стає життям у страху...» [122, с. 46].

У дослідників (і не лише в них) давно виникло питання: чи належить феномен смерті до людського життя? Життєва філософська точка зору неминуче веде до заперечення значущості смерті для життя. Є. Боровой підкреслює, що ми не можемо переживати смерть. Отже, на думку цього російського дослідника, «вона взагалі не є частиною, доступною нам у переживанні дійсності. Вона, доки ми живемо, ніскільки не має нас стосуватися, якщо ж вона настає, то нами не переживається (знайомі мотиви з часів давньогрецького мислителя Епікура – *прим. М. М.*). В основі цієї думки лежить абсолютно певна передумова. Смерть постає як зовнішній кінець, що підступає до життя в будь-якому вигляді ззовні і не відіграє ніякої ролі в її більш глибокому сутнісному визначенні» [44, с. 37]. Наша точка зору дещо відрізняється від твердження Є. Борового. Вважаємо, що людина все-таки переживає смерть-вмирання (і, напевно, дуже сильно), але про свої останні переживання вже нікому не може розповісти, бо відходить у небуття (у Ніщо). Життя, на нашу думку, тоді і тільки тоді має ціну (цінність), коли є смерть. Безсмертний чи вічний не може оцінити життя (навіщо йому це потрібно робити?), бо для нього не існує протилежності, тобто смерті-небуття.

Поняття «безсмертний» і «вічний» не тотожні, їх слід розрізняти. Безсмертний – це той, хто має точку народження (він колись народився) і не має точки кінця (не помирає). Слід наголосити, що безсмертя протилежне смертності, причому одне без іншого не може існувати. «Якщо немає смертності, то немає і безсмертя» [19, с. 303]. У вічного немає ні початку, ні кінця (тобто він як існував, так і буде існувати завжди). Польський письменник та історик культури Я. Парандовський (1895–1978) у своїй «Міфології» стверджує, що давні греки вважали антропоморфних богів (наділених людським виглядом і властивостями) своєї політеїстичної релігії безсмертними. «Боги були безсмертні, але не вічні: кожен з них колись народився, і жоден не міг сказати про себе, що він був завжди» [258, с. 38]. Бога і людину не могла роз'єднувати якась нездоланна і безмежна безодня. «Єдина відмінність між людиною і богом полягала в тому, що... людині навіть найщасливіші хвилини життя отруював страх смерті» [258, с. 38].

Хоча ставлення до смерті і не має бути обов'язковим складником будь-якої тимчасової свідомості, проте воно постає як необхідна умова для досягнення справжнього існування. Лише завдяки ставленню до смерті належне місце займає й інша співвіднесеність людини з майбутнім. Цю ідею досить ґрунтовно розробляє М. Гайдеггер (1889–1976). Мислитель наголошує, що «буття людини – це «буття до смерті», тобто буття, спрямоване до свого кінця [362, с. 98]. Адже смерть у нього є «кінцевою і безумовною межовою ситуацією» [44, с. 37]. Оскільки, на думку філософа, «кінцеву основу людського буття складає його тимчасовість, минулість, скінченність, остільки передусім час має бути розглянутий як найсуттєвіша характеристика буття» [325, с. 182]. М. Гайдеггер вважає, що «особистість гостро переживає тимчасовість буття, але орієнтація на майбутнє дає особистості справжнє існування, а «вічне обмеження теперішнім» призводить до того, що світ речей у їх повсякденності затуляє від особистості її скінченність» [325, с. 182]. У цьому випадку страх виражає духовний досвід людини, яка відчуває свою унікальність, а разом з тим і однократність, смертність. М. Гай-

деггер розрізняє справжнє і несправжнє буття. Несправжнє буття, на його думку, пов'язане з існуванням у спільноті (суспільстві). Мислитель зауважує, що «коли людина дуже довго перебуває в суспільстві, то вона втрачає себе як особистість, як індивідуальність» [19, с. 114]. Багато спілкування призводить до розчинення індивіда в суспільстві. Справжнє буття – це «буття людини перед лицем смерті» [19, с. 114]. М. Гайдеггер постійно наголошує, що життя кожної особи закінчується смертю, тому його (життя) потрібно осмислювати разом зі смертю. «Буття завжди є буття до кінця. Тобто буття до смерті також являє собою екзистенціаль» [143, с. 140]. Екзистенціали в онтології цього філософа – це такі категорії, навколо яких «концентруються численні прояви людського життя» [143, с. 140], тобто різні вираження станів буття (реальності, які дані нам та існують у суто людському бутті). Для характеристики такого буття мислитель використовує специфічний термін «Dasein» (усвідомлення індивідом себе тут і зараз). Серед багатьох екзистенціалів своєї онтології М. Гайдеггер виділяє страх, який існує в Dasein.

Вище ми вже говорили, що людина знає про скінченність свого життя. У неї завжди є можливість постійно ухилятися від цього знання: проживати бездумно, немовби це життя буде нескінченним. Повсякденність затягує людину в «суету сует», їй немає часу думати про прокляте питання, пов'язане з майбутнім власним небуттям. До певного віку незнання особи про смерть може мати навіть певний сенс, оскільки тут, у марноті незначних, непримітних обставин, життя видається ще практично нескінченно довгим. Проте, коли індивід цей вік уже подолав (ближче до сорока років, у цьому разі психологи часто говорять про кризу середнього віку), скінченність життя означає, що він уже мусить бачити свою обмежену тривалість. Якби час, який є у розпорядженні людини, був нескінченно довгим, то завтра було б так, як і вчора, а в людини не було б мотивації щось розпочинати. А мотивація – це «сукупність психічних процесів, які надають поведінці людини енергетичний імпульс і загальну спрямованість» [287, с. 138]. Тобто вона – рушійна сила поведінки особи.

Лише завдяки тиску усвідомлення скінченності життя наповнюється напругою. Ця напруга змушує людину сконцентруватися й осмислено використовувати час життя. Дуже важливо для особистості влаштувати (організувати) життя так, «щоб воно могло мислитися таким, що обривається в будь-яку мить, тобто, щоб воно не ставало безглуздом за рахунок смерті, яка несподівано вторгається. Це означає, що мету свого життя людина не переносить у майбутнє і не робить його залежним від досягнення цього майбутнього. Особистість намагається влаштувати життя так, щоб воно мало сенс саме зараз» [44, с. 39]. Японці з цього приводу говорять, що не потрібно жити минулим, бо воно вже пройшло, не треба жити і майбутнім, бо воно інваріантне, а слід жити теперішнім, адже в ньому є й елементи минулого, і тенденція на майбутнє. Страх виступає поштовхом для повноцінного життя індивіда, перетворюючи його з бездумного та безмістовного існування на сповнене сенсом «тут і тепер».

Смерть загрожує особистому буттю, і ця загроза навіть не допускає спокою, стриманості, але приголомшує та робить людину невпевненою в глибинах її істоти. Тут ідеться не про тілесний страх у момент умирання, а про стрес (напружений стан), який охоплює людину в думках про «більше-не-буття» (у категоріях Є. Борового). У такому страху для індивіда відкривається межовий жах небезпеки небуття.

У своїх дослідженнях німецький мислитель К. Ясперс (1883–1969) розрізняє два різновиди страху – 1) глибинний (тобто «екзистенціальний») і 2) «побутовий». Тільки у першому випадку думка про смерть стає реальною силою, яка формує повсякденне життя. Це вже більш глибокий страх щодо цінності особистого буття, той страх, який надає достовірному існуванню абсолютне випробування. Екзистенціальний страх – це страх перебування людини на межі небуття та ціннісного безглуздя існування. К. Ясперс підкреслює, що «страх посилюється у свідомості неминучості зникнути як втрачена точка в порожньому просторі, адже всі людські зв'язки значимі лише в просторі» [418, с. 328].

Між феноменами страху і смерті існує дуже тісний взаємозв'язок. «Страх небуття ставить перед людиною питання про цілісність її буттєвого перебування у світі саме тому, що в онтологічному аспекті саме буття людини ставиться перед лицем смерті, розкриваючи їй смерть як її власну приватну можливість – можливість бути» [44, с. 40–41]. У цьому онтологічному сенсі, як указує М. Гайдеггер «буття-до-смерті є сутнісно жак» [379, с. 266]. Цей видатний філософ ХХ століття, засновник «фундаментальної онтології» (згідно за М. Гайдеггером, «онтологія має починатися із дослідження людини, адже вона є «найпершим сущим, що підлягає онтологічному опитуванню» [155, с. 207]) використовував у своїй творчості вираз – «буття перед лицем смерті». Слід підкреслити, що у філософії М. Гайдеггера, А. Камю, Ж.-П. Сартра та ін. стверджується: «сєнс людського буття полягає в тому, що вона – людина – переживає межі цього буття, переживає той факт, що колись помре. Цілісність людського буття неминує пов'язана з уявленням про смерть...» [19, с. 113]. Ще у ХVІІ столітті предтеча екзистенціалізму Б. Паскаль (1623–1662) наголошував на крихкості та безглуздості людського буття. Значно пізніше французькі екзистенціалісти будуть натхненно стверджувати, що «людина самотня у цьому світі, покинута, постійно переживає страх смерті» [19, с. 113].

Страх смерті надзвичайно органічно пов'язаний із поняттям «долі». «Адже загроза онтичному самоствердженню людини – це не тільки абсолютна загроза смерті, але й відносна загроза долі» [344, с. 35]. Поняття «онтичне» належить до порядку сущого (на відміну від «онтологічного», що стосується порядку буття). «Термін «доля» вказує на ті ознаки, які властиві всякому страху смерті: її випадковий характер, непередбаченість, неможливість виявити її сєнс і цілі» [44, с. 43]. Доля – це світ випадковості, а страх з приводу долі ґрунтується на усвідомленні скінченною істотою повної випадковості і відсутності граничної необхідності в ряді моментів своєї життєдіяльності. Про долю говорять, як про шлях, який має пройти в життєвому просторі і часі кожна людина. Християнство підкреслює, що цей шлях визначає Бог.

М. Гайдеггер вважає, що «буття і час взаємно визначають один одного, але так, що ні перше – буття – не можна розглядати як тимчасове, ні друге – час – як суще» [247, с. 69]. Ми існуємо у відрізку, який випадково починається і закінчується в часі.

У сьогодишньому світі продовжують існувати як індивідуалістська (індивідуалізм), так і колективістська (колективізм) тенденції підходу до людини та її буття. В онтологічному ракурсі вони не можуть бути довершеними. М. Бубер говорить, що колективізм знає людину як частину, а індивідуалізм пізнає лише частину людини. До цілісності людини, до людини як такої не прориваються ні індивідуалізм, ні колективізм [45, с. 227]. У колективістських культурах кінець індивідуального існування не оцінюється як проблема, оскільки слабо розвинене відчуття індивідуального буття. Смерть не сприймається радикально відмінною від життя. «Скінченність людини тлумачиться як закономірне завершення певного життєвого циклу» [44, с. 45].

Коли людині під силу здолати страх смерті? Г. Гегель говорив: «Я не відчуваю страху, з одного боку, якщо, маючи щось, що володіє недоторканною самостійністю, не зважаю на насильство і знаю себе як силу, що протистоїть цьому насильству, яке не має ніякої влади наді мною; з іншого боку, я не відчуваю страху, якщо не зважаю серйозно на те, що супротивна мені сила може знищити, і таким чином, навіть відчуваючи насильство, залишаюся неушкодженим» [74, с. 112]. Незважаючи на свою смертність, людина завжди прагнула до безсмертя. Амбівалентне ставлення до смерті закладене в цьому початковому екзистенціальному протиріччі. На думку М. де Унамуно (1864–1936), представник будь-якої культури «жадає безсмертя». «Адже якщо я вмиру, – то ніщо немає сенсу» [357, с. 155]. Сутність страху, спричиненого усвідомленням беззахисності людини перед смертю, М. де Унамуно вважає найвищим станом душі людини. В основі всіх вчинків індивіда він убачає несвідоме прагнення до безсмертя, бажання залишити по собі пам'ять в історії нащадків. «Звідси, – пише іспанський філософ, – жорсто-

ка боротьба за те, щоб виділитись, за те, щоб якимось залишитись у пам'яті оточення і нащадків, і ця боротьба в тисячу разів жакливіша, ніж боротьба за життя» [357, с. 155]. Усі культури світу пропонують людині зразки здобуття безсмертя.

У Східних культурах (Індія, Китай, Японія та ін.) смерть розглядається не як абсолютне завершення існування і не ототожнюється з повним зникненням індивіда. Причина цього криється в їх орієнтації на принцип буття. Західні культури, навпаки, розглядають смерть як абсолютне завершення існування людини.

Досить популярними сьогодні є матеріалістичні концепції соціального безсмертя. У культурі Заходу актуалізується ідея індивідуалістичного здобуття безсмертя. Індивід прагне уникнути смерті шляхом земного самоствердження. Критеріями такого ствердження виступають не духовні цінності, а матеріальні досягнення людини (капітал, соціальний статус тощо). Учені також виділяють і реакцію агресивного ставлення до об'єкта смерті. Ця реакція має глибокі традиції, закорінені ще в алхімічних експериментах з віднайдження «еліксиру безсмертя». Чого лише варті пошуки секретів вічного життя китайським імператором Цінь Ши Хуан-ді, який жив у III ст. до н. е. [155]. Коли ж людина нездатна ні уникнути суб'єктивної загрози смерті, ні подавити цей об'єкт, то тоді страх смерті так паралізує всі структури свідомості людини, що вона готова на все заради збереження життя (посилюється соціальна пасивність (конформізм) та прагнення цілковито усунути з життя ситуації, що несуть у собі загрозу небуття).

Висновки до розділу 1

1. Страх є невід'ємним елементом (частиною) існування. Він засвідчує наявність людського в людині. Його не може не бути в роді людському.

2. В Україні тривалий час проблемі страху не приділялася належна увага. Передусім це пов'язано з тим, що наша держава входила до складу СРСР, де не прийнято було досліджувати екзистенціальні «буржуазні» питання. Тогочасні ідеологи пере-

конували: найсвідомішим у світі людям передової колективістської країни не властиві капіталістичні витівки і переживання, бо держава турбується про всіх і про кожного. Але це були звичайні пропагандистські трюки. Натомість влада постійно навіювала страх у свідомість кожної людини, щоб тримати всіх у покорі. У XX ст. українці пережили масові репресії проти «ворогів народу», голодомори, ненависть до інтелігенції, заборони окремих наукових галузей. Замовчувалися чимало тем, які успішно розроблялися філософією та іншими науками на Заході. Під заборону потрапила і тема страху. Лише в кінці XX століття на теренах СРСР з'явилися поодинокі дослідження даного феномена, а з 90-х років, коли Україна стала незалежною державою, сформувалися перші розвідки з проблеми.

3. У науці дотепер немає загальноприйнятого визначення поняття «страх». Він тлумачиться як емоція (Д. Айке, К. Ізард, А. Куфлієвський, О. Логінова, Л. Львова, Є. Мулярчук, В. Олєфир, В. Піча, Ю. Шадський, В. Шапар), емоційний стан (В. Андрієвська, Л. Долинська, С. Максименко, З. Огороднійчук, О. Скрипченко), афективний стан (З. Фрейд, Ю. Хрустальов), почуття (Ф. Ніцше), відчуття (І. Вагін), процес розуму (Д. Крішнамурті), реакція (Н. Кухіна), страждання (В. Єлагін, М. Кашуба, Т. Панфілова, П. Шевчук), екзистенційна ситуація (В. Петрушенко, Н. Хамітов), душевне переживання (Ю. Волков, В. Полікарпов), сигнал про небезпеку (Ф. Ріман) тощо. Урахувавши результати новітніх напрацювань, ми розглядаємо страх як стан, що виражає невпевненість у пошуках надійності, який зумовлений дійсною чи уявною загрозою біологічному чи соціальному існуванню і благополуччю людини, забезпечуючи при цьому, на певний час, самозбереження індивіда. Універсального визначення страху, яке б претендувало на абсолютну істину, сьогодні не існує. Це говорить про те, що страх є однією з таємниць людського буття, розгадуючи яку, ми певним чином наближаємося і до розгадки таємниці людини.

4. Страх є онтологічною характеристикою людини. Він – одна з ознак непростого ставлення індивіда до довколишнього буття. Людина – єдина у світі істота, яка свідомо переживає своє

буття, водночас переймаючись небуттям, яке обов'язково чекає її в майбутньому. Філософ А. Чанишев навіть вважає небуття важливішим, ніж буття, пропонуючи визнавати його первинним та абсолютним щодо буття.

5. В онтологічному плані у принципі скінченності найбільш характерно проявляється страх небуття. З небуттям, у свою чергу, прямо корельовані смерть, розірвані зв'язки, нездійснені плани тощо.

6. У теорії рефлексії видатного представника класичної філософії Г. Гегеля віднаходимо ключ до пошуку першого найбільш узагальненого онтологічного пояснення природи страху. На думку мислителя, людина – активна, діяльна істота, яка відчуває силу власних можливостей і відразу ж намагається екстраполювати їх на зовнішнє середовище, проявляючи при цьому власну обмеженість, яку можна побачити в пасивно-егоїстичному характері емпіричної свідомості. Саме тут і з'являється відчуття страху.

7. З-поміж багатьох напрямків некласичної філософії екзистенціалізм зробив найвагоміший внесок у вивчення онтології страху (передусім М. Гайдеггер, К. Ясперс, П. Тіллх та ін.). У фундаментальній онтології М. Гайдеггера чільне місце відведено питанню про сенс буття, де феномени страху і небуття (смерть) відіграють провідну роль у проясненні цього сенсу.

8. Індивід не має занадто перейматися своїм майбутнім, яке часто лякає його своєю невизначеністю, а повинен дбати про сьогодення, енергійно жити в ньому, адже прийдешнє (завтра) бере свій початок нині.

РОЗДІЛ 2. ГЕНЕЗИС СТРАХУ НА КУЛЬТУРНО-ІСТОРИЧНИХ ЕТАПАХ РОЗВИТКУ ЛЮДСТВА

2.1. Страх в античній філософії

Екзистенціаль страху є однією з сутнісних характеристик людського буття, і тенденція усвідомлення причин та шляхів його подолання завжди (явно чи приховано) поставала в роздумах мислителів.

Спроба розкрити таємницю страху й осягнути його природу робилася багатьма великими філософами всіх часів. Сутнісні аспекти розуміння цього феномена в історії становлення і розвитку філософської думки видаються важливими й нині, оскільки досі залишаються актуальними в сучасних трактуваннях природи і значення страху [191, с. 29].

Для цілісного розуміння античного тлумачення екзистенціалу страху слід згадати такі проблеми, як межа та безмежне і буття та становлення. Адже, на думку дослідників, «античність є інтуїцією заповненого і завершеного в собі кінцевого тіла (на відміну від новоевропейської інтуїції нескінченного простору, нескінченності)» [68, с. 136–137]. Як відомо, основою давньогрецького міфу (особливо пізнього періоду) «виступав метафізичний страх вийти із меж цього кінцевого тіла, – це й утримувало від розширення міст-полісів, від вавилонської астрономії, від подолання кордонів Середземного моря...» [168, с. 137]. Страх є за-межовим, він приходить і загрожує індивіду з-за меж тілесності. Межа в давніх греків не відділяла мисленнєвий простір, а, навпаки, збирала, бо порядок і межа видавалися принципами організації космосу. В античній ментальності панувало прагнення вийти за межі, проникнути зовні, заглянути ззовні. Це прагнення, розвинене і в так званій «повсякденній філософії», – було не чим іншим, як проявом страху, а точніше – страхом вийти за межу і впустити щось до себе (у себе) із-за межі.

Зазначимо, що в стародавній Греції вживалося слово «фобос», яке означало страх, боязнь, жах, а також втечу. В античній міфології і філософії людина не лише переживала страх, але й робила його предметом своїх дослідницьких інтенцій, вольових

і моральних покликань [327, с. 99]. Давньоримський історик Плутарх засвідчував, що в Римі і Спарті навіть зводилися храми, присвячені різного роду душевним станам. Існували храми і власне Страху. Страх шанували не через те, що вважали його згубним, – подібно до злих духів, від яких намагалися позбутися шляхом різноманітних заклинань, – а через упевненість, що страх – саме та сила, якої тримається держава і влада. До того ж у цьому виявлялося моральне значення страху ганебних вчинків. «Мужністю древні вважають не безстрашність, а страх перед докором і боязнь безславності. Хто більше за всіх боїться законів, сміливіший за всіх перед лицем ворога, і менше за інших боїться біди і болю, той, кому особливо страшна погана чутка» [270].

А. Гагарін зауважує, що стародавня філософська думка «неодноразово аналізувала ставлення до страху різних соціальних груп – у тому числі й тиранів, деспотів, про яких ще Солон у VII ст. до н. е. (а пізніше Епікур) проникливо сказав: «Хто для багатьох страшний, той повинен багатьох боятися» («той не може бути вільним від страху» – у варіанті Епікура) [68, с. 135].

Одним із перших філософів античного світу, котрий зробив спробу дослідити феномен страху, був *Епікур* (342/341 до н. е. – 271/270 до н. е.). Для нього філософія стала практичним ученням, спроможним допомогти людині здолати страх смерті і забезпечити щасливе, безтурботне життя. Більшість страхів, як твердив мислитель, безпосередньо пов'язані з помилковим розумінням сенсу істинно щасливого життя, неправильними уявленнями про потойбічне життя та ставлення до богів. Він першим простежив взаємозв'язок понять «страх», «свобода» і «щастя». Щастя Епікур вважав станом, який завжди підвладний індивіду й означає його повну самодостатність. Щоб бути щасливою, людина має звільнитися від страху, від страждань і від суспільства також. Подолання страху за допомогою знання приводить до здобуття свободи та є основним кроком на шляху досягнення стану щастя [12, с. 355–356]. Напевно, Епікур був першим, хто пов'язав свободу і страх. Він переконував, що страх можна перемогти набуттям філософської освіти, яка дає

індивіду необхідні знання. Подолання страху за допомогою знання веде до свободи [12, с. 355–356].

Епікур виділяв три основні страхи: страх перед богами, страх перед природною необхідністю, страх смерті. Шлях визволення від них він убачав у здобутті філософської освіти і в самій культурі філософського мислення. На його думку, одержання знань про довкілля уможливорює подолання емоцій. Людина, яка здатна глибоко думати, відкине всі джерела страху.

Як твердив давньогрецький матеріаліст-атоміст, боги існують тільки в проміжках між атомарними світами і тому не страшні людям. Страх породжений неправильними домислами, нібито боги втручаються в життя людей. Богам байдуже до світу, оскільки вони – втілений ідеал блаженства, тож не виконують функцію арбітра щодо людини та її вчинків. Страх перед богами і поклоніння їм – доля натовпу, а це, у свою чергу, демонструє її моральну обмеженість.

Страх перед природною необхідністю (страх перед природою) – більш сильний. Неосвічена людина, яка відчуває страх перед богами, вважає, що його можна вмилювати, тоді як страх перед природою – фатальний, він не залишає людині жодних шансів. Природна стихія, підкреслював Епікур, не є всепоглинаючою, а рабський страх перед долею – це наслідок забобів. У протиборстві з невмодною долею в індивіда завжди залишається можливість морального вибору [191, с. 31].

Чільне місце у філософських роздумах мислителя посідала проблема позбавлення від страху смерті (як і від самої смерті). Він говорив, що подолання страху смерті – це гарантія позбавлення від усіх страхів. На думку І. Ялома, геніальність цього мислителя полягає в тому, що він «передбачив сучасний погляд на несвідоме, адже більшість людей не усвідомлює страху смерті» [414, с. 102].

Страх перед смертю марний і носить безпредметний характер. Смерті не слід боятися передусім тому, що вона для людини ніщо. Від страху смерті Епікур «рятував» людину, елімінуючи саме післясмертне існування Я як «іншого Я», яке «могло б оплакувати свою власну утрату, і стоячи, спускати стогін, при

баченні самого себе, розпростертого на землі і відданого на поталу тваринам і вогню» [68, с. 145].

Панацією від страху філософ вважав ізоляцію від соціуму, стан безтурботності, відчуження від усіх проблем (атараксії), від суєти життя, де панують страждання і тривоги. Один із принципів філософії Епікура (його головний життєвий принцип) – «Проживи непомітно!». Мудрець має бути лояльним до суспільства, але не прив'язаним до нього душею. «Хоча безпека від людей досягається певною мірою завдяки деякій силі, що віддаляє людей, які турбують, і добробуту (багатству), але дійсно справжньою безпека буває завдяки тихому життю і втечі від натовпу» [12, с. 31].

Іноді Епікур ототожнював поняття «страх» і «сором». Сором в античному менталітеті є моральною категорією, яка глибоко закорінена в людях і відрефлексована у філософській думці. Мислитель переконував, що причина всіх бід і нещасть міститься всередині самої людини. Індивід не повинен робити таких учинків, які може негативно оцінити оточення. Не слід чинити те, що може викликати в себе страх, якщо стане відомо суспільству. Тут страх є соромом, боязню осуду. По-справжньому вільною, щасливою може бути тільки та людина, в якій немає необхідності відчувати сором і страх громадського осуду [191, с. 32]. Таким чином, в Епікура сором – шанобливий страх. Такий страх (сором) створює бар'єри з норм спільноти, які регламентують поведінку людини. До слова, кініки (передусім в особі Діогена Сінопського) у своїй концепції свободи наголошували на необхідності визволення від сорому як страху безчестя.

Мудрець, на думку Епікура, як і всі люди, перебуває всередині космосу, але відрізняється від інших тим, що створює за допомогою самотності (як усамітнення від натовпу, бо натовп може неправильно міркувати про щастя, богів тощо) та атараксії (незворушності, душевного спокою, безтурботності) внутрішні межі, які будуть прозорими, проникними для соціуму і непроникними для страху. Ці межі водночас є й зовнішніми, оскільки страх «виводиться за дужки» свідомістю мудреця, його «правильними» уявленнями. «Страх перед богами, що мешкають у

проміжках між атомарними світами, також безсилий перед мудрецем, завдячуючи його відмові від несправжнього життя, відстороненню від суєтного життя, наповненого стражданнями і тривогами» [68, с. 136].

У концепціях Платона й Аристотеля розуміння страху поєднувалося з основоположним принципом «золотої середини». Згідно з ним будь-яка доброчесність являє певну міру, «золоту середину» – точку рівноваги між двома крайнощами: надлишком і недоліком (нестачею).

Платон (428 або 427 до н. е. – 348 або 347 до н. е.) вважав страх екстремальним станом душі. До такого ж екстремального стану належить і протилежність страху – героїзм. Для осмислення платонівської інтерпретації страху важливо звернутися до його теорії про думки. За нею індивід, переживаючи багатоманітні відчуття, обов'язково зберігає про них певну думку. Так виявляється, що мужність чи героїзм – це певна сила, яка зберігає думку про безпеку. «Таку-то силу і повсякчасне зберігання правильної і законної думки про речі страшні і не страшні я називаю мужністю» [12, с. 403].

Платон як прихильник метемпсихозу (життя душі після смерті тіла, тобто подальше перевтілення її (душі) у нове тіло (і не обов'язково в людське) виділяв два основні види страху: 1) страх природний (до-соціальний) і 2) страх соціальний (сором). Страх природний – це страх майбутніх утрат, який може бути посланим, «наведеним» із царства мертвих. Таким чином, він не що інше, як страх перед Аїдом («Федон»). Причинами цього виду страху є поверхневі, ситуативні фактори. А от страх соціальний – це страх чужої думки, страх перед державою чи законом. Причини соціального страху, наголошує філософ, безпосередньо закорінені в самооцінці людини й оцінці її суспільством [191, с. 33].

На нормах закону, на шанобливому страсі перед авторитетом має бути засноване соціальне життя. Ці норми повинні визначати права й обов'язки як самого авторитета, так і особи, що визнає цей авторитет: «Про гнів і страх, про душевні потрясіння, що проходять від щастя чи нещастя, про те, як відвернути їх,

про всі стани, які бувають з людьми в часи хвороб, війни, бідності чи протилежних обставинах, – сьому цьому і потрібно законодавцю повчати громадян, і визначати, що добре, що погано у кожному конкретному випадку» [268, с. 93].

Страх в ідеальній державі (державі (полісі), де панує справедливе правління найкращих, де максимально мав би втілитися світ ідей у земному суспільно-політичному житті), твердив Платон, розподіляється не рівномірно. Відомо, що в «ідеальній державі Платона» також повинна існувати соціальна нерівність, але ця нерівність відповідає природній нерівності людей (яка пов'язана з трьома складовими душі). Отже, ця досконала держава має складатися з трьох основних станів: 1) стан правителів-філософів (який безпосередньо походить із розумної частини душі, де мудрість – найвища чеснота); 2) стан стражів (воїнів), що пов'язаний із несамовитою, шаленою частиною душі і вирізняється своєю мужністю; 3) стан землеробів, ремісників, який походить із хтивої частини душі і через своє невігластво не може не прагнути до наживи й користі, тому й повинен жити в страху, передусім – у страху перед законом. Страх у людини, на думку Платона, проявляється у формі совісті й сорому. Пов'язуючи причини безсоромності з безграмотністю, нахабством, пристрастю, філософ міркував про мистецтво розпізнавання людських душ. Під мистецтвом розпізнання людських душ він розумів мистецтво держаного управління [191, с. 34]. Цей мислитель (один із перших в античному світі) почав трактувати страх як соціальний стан членів суспільства, що потребує значної уваги з боку правителів держави (полісу).

Аристотель (384 до н. е. – 322 до н. е.) виокремив страх та описав його в «Риториці» і «Поетиці». Філософ пов'язав страх із стражданням. У його концепції є три важливі моменти: 1) страх виникає як результат порушення цілісності соціальних модусів існування; 2) страх універсальний, його сила – в ізоморфізмі зла (нещастя); 3) страх має позитивне значення, він – фактор, що мобілізує на захист цілісності, виховує людину, проходячи через раціональний і емоційний канали сприйняття ситуації страху при умові вироблення відповідної установки, систем протидії

конкретним загрозливим явищам і об'єктам, причинам страху [68, с. 145].

Аристотель тлумачив страх як «свого роду прикре відчуття або збентеження, що виникає з уявлення про майбутнє зло, яке може знищити нас або заподіяти нам неприємність...» [14, с. 1082]. Страх у цього філософа був пов'язаний із вченням про чесноти (як «золота середина») і про афекти, що постають результатом навмисних чеснот чи пороків як складових якостей душі. На його думку, страх – брак мужності чи надлишок боягузтва, а це – свідчення пороку. Тож виявляється, що мужність виступає протилежністю страху. Змінити співвідношення афектів на користь чесноти душа може через співпереживання, через катарсис, тобто душевне очищення. Викликаний у глядачів під час споглядання трагедії афект страху, на відміну від страху в реальному житті, звільняється й очищається від усього важкого, печального. Особистості відкривається логіка подій і дій у певних обставинах. Коли на театральній сцені друзі ворогують, коли син убиває батька, брат – брата тощо, людина або боїться, або співстраждає.

Аристотель запропонував аналізувати страх як результат порушення цілісності певної соціальної якості, якою може бути світогляд, сім'я, любов, дружба тощо. У цьому разі страх слід розглядати як попередження про можливі втрати цих цінностей, як засіб, що стимулює діяльність індивіда на відтворення гармонії, коли її не стало.

Стоїки вважали, що ідеальним станом людської душі є апатія (відсутність пристрастей, тобто несхильність до стихійних рухів душі, які виникають під впливом неправильних суджень, що не контролюються розумом). Однією з головних пристрастей (афектів) мислителі означеної філософської школи визнавали страх. Боротися з ним (та іншими пристрастями-афектами – сумом, насолодою, пожадливістю тощо) можна за допомогою радості, обережності, волі. Контроль розуму над пристрастями – це не що інше, як удосконалення складу розумної душі. Принцип подвійної байдужості (адіафори), яку пропонував передусім *Епіктет* (бл. 50 – бл. 138), є близьким до епікурейського усаміт-

нення (так званого не повного усамітнення), відсторонення від суєти, від натовпу (який може бути реакційним) у вузьке коло одностудів, учнів, друзів. Байдужість стоїків до світу – це їхня відповідь на байдужість світу до людини. Адіафора та атараксія готує мудреця до визволення від страху, передусім страху смерті, і наближає до вищого блаженства. Хоча про почуття страху смерті давні «прихильники язичницької віри і філософії стоїцизму, говорили дуже рідко» [327, с. 197]. Стоїчна філософія (у своєму етичному вченні) доклала чимало зусиль на боротьбу зі страхом.

На думку Епікрета, внутрішній страх – справжній страх. Малодушність є внутрішнім страхом. Усе зовнішнє не підвладне людині, тому його (зовнішнього) не потрібно боятися. Мислитель запитує: «Що ж усередині нас змушує нас боятися? Це смерть чи страждання?». Якщо ж наблизитися «до цих «страшилищ» і розглянути їх уважно, можна побачити, що «це лише розмальовані лякала». І це є друга логіко-психологічна маніпуляція, майже медитативна процедура – взяти подумки в руки свої страхи і піднести до очей» [68, с. 147].

Римський філософ-матеріаліст і поет *Тит Лукрецій Кар* (99 до н. е. – 55 до н. е.), послідовник учень еллінських атомістів (особливо Епікура), декларував існування принаймні двох різновидів страху – 1) страху перед смертю і 2) страху перед природою. У своїй філософії, викладеній у доступній поетичній формі, мудрець вказував, що страху перед смертю не може бути, бо якщо людина вже не існує, то хто ж тоді буде боятися. Боятися, виявляється, нікому.

У творі «Про природу речей» [346] Тит Лукрецій Кар намагався позбавити людей усіляких забобонів; пояснював широкому загалу різноманітні явища природи. Він, як і Епікур, вважав, що основним засобом у подоланні страху є розум людини. Тільки розумова, мисленнєва діяльність може допомогти індивідові перемогти страх. Утім Лукрецій, на відміну від Епікура, розглядаючи проблеми подолання страху, не став прихильником ізоляції від соціуму. Міра сумнівів і страхів у міркуваннях римського філософа мала безпосередній зв'язок зі способом життя людини. Дуже страшно, коли життя своє індивід прово-

дить безцільно, неначе вві сні. «Лукрецій неодноразово наголошує, що боятися нам нічого, крім комбінацій атомів, які вічно змінюються в порожнечі» [279, с. 17]. Страх для Тіта Лукреція Кара – це складник системи внутрішнього духовного світу людини. Філософ вірив у людину, в її розум, у прогрес людства, відчуває і любить природу.

Сьогодні добре відомо, що «спонукальним мотивом у роботах грецьких атомістів було прагнення не принизити природу, а звільнити людину від страху – страху перед будь-якою надприродною істотою або порядком, що переважали порядки, встановлені людьми чи природою» [279, с. 17]. Екзистенціал страху в епоху Античності етимологічно пов'язувалася зі словами – загроза, потрясіння, утеча, покарання, переступання через межі. Для античної людини страх перебував «передусім поруч з людиною, і в середині самої людини» [279, с. 149].

Антична культура, зокрема, стародавньої Греції, де люди звикли до «нестабільності свого існування» [375, с. 41], знаходила дієві способи боротьби зі страхом. Одним із таких була філософія, філософське світосприйняття греків, поява «логосу» і його протиставлення хаосу. Хаос означав відсутність порядку, а термін «логос» (який уперше ввів у філософську мову мудрець Геракліт для позначення загального закону, першооснови буття), навпаки, підкреслював упорядкованість світу, його закономірний характер (незважаючи на динамічність багатоманітних світових процесів).

Давні філософи трактували страх як філософську проблему, що обов'язково потребує розв'язання, а також вироблення певного ставлення до неї з боку мудреця як ідеального типу людини.

На відміну від греків, які «зробили все зрозумілим і з приводу всіх відносин створили прекрасний, наповнений духовністю світ» [68, с. 137], римляни, навпаки, «відчували жах перед невідомим, невизначеним, несвідомим, «всюди бачили щось таємниче і переживали невизначений страх, що спонукав їх висувати на перший план дещо незрозуміле, котре вони шанували як щось значно вище» [68, с. 137]. Вони ніколи не забували про своїх богів і завжди були вдячними їм.

2.2. Екзистенціаль страху в Середньовіччі, Відродженні та в часи Реформації

Середньовіччя належить до такого періоду європейської історії, який прийнято вважати традиційним, стабільним, чітко регламентованим. Але сучасні дослідники (передусім медієвісти – представники історичної і філософської науки, предметом якої є події, філософія, культура, побут, мистецтво та ін., властиві середньовічній епосі) постійно заявляють про те, що до цього значного відрізка часу не слід ставитися однозначно. Справді, «середньовічне суспільство, з одного боку, було структуроване і давало відчуття впевненості, а з другого боку, тримало його в рамках, або, радше, в оковах» [376, с. 64]. Людина від самого народження отримувала статус, права й обов'язки; усвідомлювала свою належність до певного народу, сім'ї, раси, групи; знала власне місце в психологічній структурі сім'ї, в ієрархії феодалної залежності, в економічній структурі гільдії, в духовно-моральній організації, пов'язаній з християнською церквою тощо. Особистість існувала і вступала «у відносини з іншими людьми як член певної спільноти і весь характер взаємовідносин був відомий обом сторонам заздалегідь» [375, с. 46]. Однак середньовічний світ неможливо беззаперечно назвати впорядкованим і спокійним. А це, у свою чергу, змушує говорити про те, що воно не було тим безстрашним організмом, в якому відсутній страх. Науковці не перестають стверджувати, «що сучасний Захід виник, ідучи від хвилі до хвилі масового релігійного страху, який охоплював водночас мільйони людей у середньовічній Європі» [375, с. 46].

Відомо, що в Середні віки тривалість життя людей була досить короткою. Високий рівень дитячої смертності, голод, епідемії, слабка розвиненість медицини, невміння протистояти стихії природи тощо спричиняли песимістичні настрої. Смерть була звичайним супутником життя. Страх перед нею неодмінно панував серед усіх верств населення тогочасного суспільства. Тяжкі епідемії одна за одною прокочувалися Європою аж до XVII ст. включно. І саме «у зв'язку з чому виявилась особливість

колективного страху: з часом він не забувався, а жахливо трансформувався. При перших ознаках нової епідемії образ попередньої оживав у масовій свідомості у фантастичному і перебільшеному вигляді» [375, с. 47]. Одним із домінантних був і страх перед невідворотною загибеллю всього людства, кінцем світу чи страх перед майбутнім. «Страх перед майбутнім у Середні віки був настільки сильним, що багато дослідників приходять до висновку про одержимість людей Середньовіччя жадою спасіння і страху перед пеклом як визначальній характеристиці їх ментальності» [198, с. 20].

Характерною рисою духовного життя середньовічної Європи було абсолютне панування християнської релігії, де переважав принцип поваги до Бога та пошана до канону і традиції. Зауважимо, що французький історик Ж. Делюмо назвав християнство «релігією тривоги» на противагу східній «релігії безтурботності» – буддизму та індуїзму. У цей час людина шукала спасіння від постійної тривоги, адже «загибель світу здавалася настільки близькою, що кожне наступне покоління очікувало її настання» [198, с. 20].

У добу Середньовіччя страх інтерпретувався філософією передусім через призму релігійних, біблійних і євангельських положень про смерть і безсмертя – страх смерті, Страшний суд, прихід антихриста тощо, чого не можна однозначно сказати про повсякденну культуру «низів»; хоч вплив останньої на філософію безперечно простежувався. Окрім страху фізичного, страху втрати, каліцтва і «смерті першої» (фізичної), яких людині не треба боятися, адже вони зачіпають лише тілесну і земну оболонку, гріховне життя, будучи засобом прикріплення до процесу відтворення гріхів (тобто земного життя) і, відповідно, відтворення зла, Біблія особливо виокремлює страх за душу, страх за можливість її очищення і спасіння. Ці інтенції втілюються в особливому універсальному понятті Страху Божого, яке містить багато теологічних та екзистенціальних смислових відтінків і нюансів [227, с. 100].

Страх Божий створює комплекс релігійно-екзистенціальних перешкод, які екзистенціально-превентивно утримують людину

від гріха і зла. По суті, Страх Божий – це поєдинок, боротьба двох страхів (або двох різновидів страху) за умови перемоги творчого страху. Страх Божий – це передусім, страх, перетворений любов'ю до Бога («справжньою любов'ю»), тобто благоговіння. Страх Божий як «революційна» парадигма приходить на зміну страху смерті [68, с. 235]. Богобоязливість у християнстві – характеристика відданості.

Середньовічна віруюча людина намагалася знайти «ліки від страху» – і знаходила їх у релігії, у філософії тощо. Страх смерті інтерпретувався як негідний справжнього християнина, як ганебний вияв церковної віри і потурання диявольським силам, як допущення переваги земної, гріховної оболонки. Нові імпульси і нові смислові обертони Страх Божий дістав у Новому Завіті, адже Ісус Христос, здійснюючи перше воскресіння, торжествуючи над смертю, повністю знищить її.

Властивим Середньовіччю є страх бути захопленим страхом раптово, зненацька, на самоті [68, с. 145]. Слід зауважити, що саме страх був засобом очищення від учинених гріхів, він сприяв щирому, швидкому покаяттю, яке може врятувати світ, що тоне в гріху, перед настанням кінця світу, майбутнього Страшного суду.

Важливо згадати про магію, таку характерну для античної культури. Утім у Середні віки її боялися і богослови, і теологи, і філософи. Магія загрожувала зруйнувати усталений образ універсуму, який вважали замкнутим і завершеним, позачасовим і позаісторичним, а отже, могла налаштувати людину на шлях диявольський.

Видатний представник західної (католицької) патристики *Аврелій Августин* (354–430) у трактаті «Про кількість душі» [37] говорив про існування семи ступенів душі чи семи ступенів «розуміння волі Божої». На його думку, страх Божий є головною умовою для осягнення волі Божої. Цей страх приходить на заміну страху смерті. На перших двох ступенях (рослинному і тваринному) людина не відділена від інших живих істот, на третьому ступені їй властиві пам'ять і мова, а вже починаючи з четвертого, вона має змогу відчувати страх смерті, але водночас

– і прагнення до добра. Цьому світлому прагненню душі властива праця і тяжке зіткнення зі скорботами і принадами цього світу, оскільки «із самою справою очищення поєднується страх смерті, часто не великий, але часто і вельми сильний». П'ятий ступінь звільняє людину від страху смерті, бо душа її вже «очищена». На наступних ступенях (стадіях) відбувається духовне вдосконалення, яке характеризується все більшим тяжінням до Бога, до досягнення істини. Розмірковуючи про страх, Аврелій Августин резюмував: «Так де ж зло? Як і звідки проникло воно у світ? Де корінь його, де зерно? Чи його зовсім немає? Тоді ж чого ми боїмося, від чого втікаємо? Але навіть побоювання наші марні, то хіба самі вони – не зло, що даремно терзає наші серця? Виходить, або зло – реальне, або воно – наш страх» [1, с. 86].

У добу Середньовіччя люди могли долати всі уявні небезпеки, якщо в них була ясна картина світу і, відповідно, чітке розуміння тих небезпек, які безпосередньо загрожували їхньому буттю. Така ясна і чітка картина світу могла ґрунтуватись на певному авторитеті, наприклад, на вірі в Бога [191, с. 39].

Епоха Відродження (Ренесанс, Рінашіменто) послугоувалася творами філософів Античності, мала тісний зв'язок з природознавством, досліджувала проблеми людини. Для тогочасної ідеології гуманізму дуже важливо було спробувати вивести моральність із людської природи. «На противагу середньовічному поняттю про людину як елемент певної цілісності в епоху Відродження індивід розглядається як окрема сутність, а соціальна організація – як фон, оточення, в якому індивід повинен досягти високого становища» [201, с. 187]. У ренесансну добу формувалося уявлення про людину як індивідуальність, і це призвело до того, що свобода вже не керувалася середньовічними авторитетами й настановами. На свободу перестали накладати церковні, соціальні, економічні та політичні обмеження. Проте свобода стала означати ще й розрив усталених зв'язків, які гарантували безпеку й почуття приналежності. На думку Е. Фромма, цей розрив обов'язково мав призвести до появи почуттів тривоги, невпевненості, безпорадності, самотності, відсутності без-

пеки. Зі зміною поглядів на людину страх Божий перестав сприйматися як добродетель. Крім того, «в історії не знайти іншого такого періоду, коли люди настільки охоче і повно віддавали себе єдиній меті – праці» [376, с. 119].

Екзистенціал страху в добу гуманізму проявляється парадоксально й суперечливо [227, с. 101]. Так, філософ *Джордано Бруно* (1548–1600) декларував: «Страх смерті гірше, ніж сама смерть» [114, с. 323]. Один із найвидатніших учених, художників, письменників доби Високого Відродження *Леонардо да Вінчі* (1452–1519) писав: «Хто в страху живе, той і гине від страху» [114, с. 196]. Зауважимо, що деякі сучасні науковці вважають гуманістичну позицію не широко популярною. Швидше за все вона (гуманістична позиція) «являла певний заклик до гармонізації, виражала бажання подолання багатоліких страхів, що оточували середньовічну людину» [68, с. 312].

У розвідці «Страх на Заході (XIV–XVII ст.)» [420] Ж. Делюмо виділив надзвичайно важливий вид страху, властивий цьому періоду історії, – явний (або латентний) страх водяного простору, моря (океану) – місця розчарування для більшості людей, а для одинаків – місця випробування долі. Учений підкреслив, що море – це місце проживання «страху без будь-яких прикрас» [96, с. 3].

Від античності менталітет Відродження успадкував страх перед морською безоднею, «де проживають Поліфем, Сцилла, Сирени, Стригони, Левіафан, Лорелей – з усією гамою негативних нюансів цього страху (тому Пантагрюель Ф. Рабле посиляється на думку Гомера про загибель у морі, як про «смерть неприродну, тяжку й мерзенну» [68, с. 312]). Море приховувало всю відому в той час нечисту силу (чудовиська, демони, сатана); воно «було екзистенціальним вузлом страху, смерті, безумства, ірраціональною безоднею, неможливою й неосяжною Харибдою. Страх моря переплітається з іншими страхами – страхом самотності, страхом неприродних станів, страхом безумства, страхом дивовижності, страхом якоїсь вкоріненості Чужого, Іншого в людську оболонку» [68, с. 312].

Люди шукали причини страхів і найчастіше пов'язували їх із дияволом та помстою. «Всепроникаючий, постійний страх укорінився у світі, в середовищі людей, у середині людини саме тому, що все негативне (утрати, хвороби, смерть, нестатки тощо) не проходить само по собі, неприродне є наслідком втручання диявольських сил і, більш того, є помстою ображеного святого, праведників... Особливий вид страхів – страх демонічних сил, страх сатани, до якого був близьким страх вовків (оборотнів) – «пекельного звіра», страх безумства і страх спокуси пошуками земного раю» [68, с. 315].

Слід згадати дещо дивний для сучасної людини страх (хоч він у певній формі наявний і зараз, бо про нього колись багато писали М. Монтень, Ж. Боден, Ф. Рабле та ін.), запозичений (перенесений) із Середньовіччя – страх зав'язування вузлика. Це говорить про неабияке марновірство (забобонність) ренесансної людини, котра не зважала на панування християнського монотеїстичного віровчення. Цей страх, на думку Ж. Делюмо, «символізував кастрацію, відсікання геніталій, безплідність, імпотенцію, фригідність» [96, с.27]. Він обов'язково провокував паніку. Люди шукали всіляких способів захисту від зав'язування вузлика.

Із Середньовіччя також було успадковано страх близького кінця світу (так званий апокаліптичний страх). Він наводив жах на всю Західну Європу, а особливо на Німеччину (XVI – початок XVII ст.)

Деякі вчені вважають, що різноманітні страхи в епоху Відродження значно поширилися завдяки книгодрукуванню, започаткованому І. Гуттенбергом («диявольській машині» – у термінах Ж. Делюмо). «Перші книги тиражували страх Сатани і його свити в солідних і дешевих виданнях. Делюмо наводить вражаючі цифри: в період між першими виданнями і перевиданнями на німецький ринок у другій половині XVI ст. було випущено 231 600 екземплярів творів, присвячених демонічному світу (не враховуючи газет і брошур)» [68, с. 315].

Страхи в ренесансну добу були надзвичайно розповсюдженим явищем і мали тенденцію до підсилення. Ідеї гуманізму й

«визволення людини», незважаючи на неймовірні зусилля вельтів Відродження (Леонардо да Вінчі, Мікеланджело, Данте, Франческо Петрарки, Галілео Галілея, Франсуа Рабле, Мішеля де Монтеня, Жана Бодена, Джордано Бруно, Нікколо Макіавеллі та ін.) не здобули широкого розголосу в тогочасному суспільстві. «Навпаки, в новій самосвідомості європейського суспільства з'явилося відчуття втрати колишньої стабільності, непорушності, і подвійне відчуття незахищеності самого людського життя зсередини – від гріховних спокус і ззовні – від згубних сил» [68, с. 316].

У цей період неабиякого розповсюдження набули астрологія та магія, а разом із ними і відповідні страхи (наприклад, страх перед зірками). До цього були причетні відомі особистості – Томмазо Кампанелла, Джордано Бруно, Піко делла Мірандола, Марсіліо Фічіно та ін., котрі швидко поширювали переклади трактатів давньоримської астрології, еллінської магії. З'явилися і твори італійських астрологів та філософів – Агостіно Ніфо, П'єтро Помпонацці, Джероламо Кардано, що вправно поєднували свої ідеї з християнським віровченням.

На зміну середньовічному образу універсуму (замкнутому й завершеному, позаісторичному і позачасовому) прийшов і утвердився новий образ універсуму (відкритого і нескінченно-го), де людина посіла панівне становище. Магія допомагала їй перетворитися на могутню істоту, спрямовану в майбутнє. Астрологія та магія із статусу демонічної сфери (доба Середньовіччя) «переходять у сферу, де строгі поняття, геометричні структури розуму здобувають жвавість, гнучкість і пристрасть. Страх і жахи, які народжуються в результаті дотику до глибинних сил вгамовуються за допомогою магічних процедур і астрологічних викладок» [68, с. 318].

Феномен страху відобразився в працях французького філософа і письменника *Мішеля де Монтеня* (1533–1592), якого називають «останнім гуманістом». Він виступав проти геоцентричної концепції, яка домінувала в Середньовіччі. Мислитель пропонував розглянути людину, «взяту саму по собі, без будь-якої сторонньої допомоги, озброєної лише своїми людськими

засобами і позбавленої божественної милості й знання, що складають в дійсності всю її славу, її силу, основу її єства...» [233, с. 12].

Страху М. де Монтень присвятив у своїх «Дослідах» окреме есе («Про страх»), де назвав його унікальним явищем, яке має всепроникаючу силу: «Я ні в якому разі не є хорошим натуралістом (як прийнято виражатися), і мені не відомо, за допомогою яких пружин на нас діє страх; але як би там не було, це – пристрасть воістину вражаюча, і лікарі говорять, що немає іншої, яка вибивала б наш розум із покладеної колії більшою мірою, ніж ця» [233, с. 119]. Недарма за епіграф мислитель узяв цитату давньоримського поета Вергілія «Я заціпенів; волосся моє встало дибки, і голос завмер в гортані» [233, с. 116].

Страх відіграє надзвичайну роль у житті людей. Наслідки сильного страху, зауважив М. де Монтень, можуть бути воістину руйнівними. В індивіда, який хоч один раз пережив страх, він назавжди залишає свій слід у психіці і в подальшому може стати причиною божевілля, тяжкої хвороби чи навіть смерті.

Не обійшов увагою тему страху й італійський філософ і письменник *Нікколо Макіавеллі* (1469–1527). У знаменитій праці «Державець» (1532), розмірковуючи, яким має бути справжній правитель, мислитель розглядав багато питань щодо загальноприйнятих норм моралі: «Що краще: вселяти любов або страх?», «Яким чином запобігати ненависті і презирства?», «Як государі повинні тримати слово?» тощо. Страх і любов, на його думку, взаємовиключні: «Любов погано вживається зі страхом» [195, с. 81–82]. Надаючи перевагу страху як більш результативному методу державного правління, Н. Макіавеллі міркував: «Люди менше остерігаються скривдити того, хто вселяє їм любов, ніж того, хто вселяє їм страх, бо любов підтримується вдячністю, якою люди, будучи дурні, можуть знехтувати, заради своєї вигоди, тоді як страх підтримується загрозою покарання, якою нехтувати неможливо» [195, с. 82]. Утім, незважаючи на те, що навіювання страху є більш ефективним засобом, філософ підкреслював: «Проте государ мусить вселяти страх таким чином, щоб, якщо й не здобути любов, то хоч би уникнути

ненависті, бо цілком можливо вселити страх без ненависті» [195, с. 82]. На нашу думку, Страх Божий неначе здобуває в Н. Макіавеллі свій специфічний обертон, який проявляється у так званому «шанобливому» страхові перед державою та її законами. Цей «шанобливий» чи «соціалізований» (у термінах С. Матвєєвої і В. Шляпентоха [198, с. 32]) страх визнає ієрархічні відносини між людьми нормою і «передбачає права й обов'язки не тільки авторитета, але й особи, яка цей авторитет визнає» [191, с. 42].

На фоні масових страхів у Західній і Центральній Європі пройшла *Реформація* (широкий релігійний і суспільно-політичний рух в XVI – на початку XVII ст.), яка прагнула змінити (реформувати) християнство (католицького спрямування) відповідно до Біблії. У результаті цього протестанти відділились від католицької церкви і виник третій великий напрям християнства – протестантизм. Ініціатором Реформації став німецький християнський богослов *Мартін Лютер* (1483–1586), який 31 жовтня 1517 р. у м. Віттенберг виклав критику щодо місця й ролі католицької церкви в спасінні людей у своїх 95 тезах. Він привернув увагу багатьох вірян не тільки Німеччини, а й Європи завдяки накресленню чіткого шляху для подолання метафізичного релігійного страху. Заслуга М. Лютера полягає і в тому, що «він не лише зміг виразити почуття нікчемності, яке охопило певні соціальні групи, але й запропонував їм вихід із наявної ситуації» [376, с. 99].

Екзистенціал страху в часи Реформації, – нового витка розвитку сотеріологічних (рятівних) обґрунтувань, – перетворювався на певний «концептуал» завдяки діяльності впливових теологів-протестантів – Мартіна Лютера, Ульріха Цвінглі, Жана Кальвіна, Філіппа Меланхтона. Вони відстоювали передусім авторитет віри, виходячи з положення про взаємну суперечність Бога і людини, необхідність дистанції між ними, благочестя зі Страхом Господнім.

Образ людини як тимчасової, конечної істоти, покинутої в безпорадному чеканні між двома пришествями Христа, провокував, на думку М. Лютера, на гостре, жакхливе усвідомлення

непозбутньої провини перед Богом. Цей теолог наголошував, що «Господь не спасає фіктивних грішників. Будь грішником і хоробро гріши, але ще більш хоробро вір у Бога і радій у Христі, бо він переможець над гріхом, смертю і злом» [421, с. 281–282]. Коріння лютеранської боротьби зі страхом (і подолання смерті) міститься в знаменитій тезі «Тільки вірою» на протипагу спа-сінню через «добрі справи». У праці «Теологія смерті. Нариси протестантського модернізму» С. Ісаєв точно зафіксував специ-фіку лютерівського розуміння віри «як напруженого вслухання людини в глибини свого Я», яке є необхідним для розпізнавання милості Божої як єдиної гарантії особистого спасіння [134, с. 54]. Це вслухання містить риси екзистенційного трагізму через помі-чене М. Лютером протистояння Бога й людини й відповідної раціонально відчутної дистанції між Богом і людиною, що й породжує Страх Божий. А саме Страх Божий і необхідний для любові до Бога і виправдання вірою, як це підкреслює сучасний теолог протестантизму К. Барт [134, с. 51].

М. Лютер, котрий, до речі, постійно переживав страх смерті («Боже, як це болісно і страшно – іти в інший світ» [183, с. 256]), «відкидав можливість земного до-смертного забезпечення спа-сіння (дари, заповіді, індульгенції), й ідею індивідуального суду після «першої» (фізичної) смерті, а також ідею чистилища як попереднього очищення, початкового спасіння, яке було для католиків з середини ХІІ ст. майже самодостатнім, остаточним спасінням» [68, с. 321]. Для засновника протестантизму – це сурогат-спасіння. Він і чути не хотів про індивідуальний суд, а «визнавав тільки Страшний суд – Загальний, колективний суд у кінці, відсунутий у далеке і (парадоксально, але екзистенціально виправдано) близьке майбутнє, яке може настати досить швид-ко» [68, с. 321]. Таким чином, трагічне звучання образу смерті зберігалось завдяки екзистенційній напрузі, але ж при цьому така напруга знімала страх смерті.

Великому протестантському богослову вдалося позбавити страх заразливої колективної сили, тобто індивідуалізувати його. Цьому сприяв відхід від ідеї колективного спасіння душі та релігійного братства. «Відтепер кожен повинен був сам мати

справу з Богом, причому не стільки із Спасителем, скільки з грізним Богом-Отцем. І великим даром Христа була вже не благодать, не спокутування гріха, а «істинна віра». Через індивідуальну віру і лежить шлях до подолання страху в Лютера» [375, с. 49–50]. Така віра стала немовби певним індивідуальним притулком. Відтак Е. Фромм заявив, що «протестантизм дав відповіді на величезну кількість загнаної в глухий кут соціальних змін, переляканої, позбавленої свого коріння людини, якій просто необхідно було зорієнтуватись у нових умовах існування і знайти своє місце в суспільстві» [376, с. 126].

У період Реформації одні страхи змінювалися іншими, до чого спонукала відмова протестантів від католицької ідеї «колективного спасіння». «Індивідуалізований страх Лютера» породив полювання на відьом (переслідування людей, які підозрювалися в чаклунстві) шляхом спалювання їх на вогні. Скрізь шукали ворогів, винних. Учені порівнюють цей процес із католицькою інквізицією, а деякі з них стверджують, що за жорстокістю і кількістю знищених людей це полювання на відьом не йде в жодне порівняння з інквізицією. Але і те, й інше призвело до загибелі сотень тисяч, а то й мільйонів людей у багатьох країнах Європи. До того ж Реформація призвела ще й до Тридцятилітньої війни, «в якій загинуло 3/4 населення Чехії і 2/3 населення Німеччини» [375, с. 50].

Протестантизм не безпідставно пов'язують із виникненням капіталістичних відносин, буржуазного суспільства, тому релігійний страх доби Реформації підсилювався страхом руйнації громади (ремісничої, селянської, церковної тощо), де все було регламентовано, чітко і стабільно. У буржуазному суспільстві панував дух індивідуалізму, який змушував по-новому облаштовувати життя. «У людини повинна бути можливість віднести себе до якоїсь системи, яка б скеровувала її життя, надавала йому сенс; в іншому випадку її охоплюють сумніви, які врешті-решт паралізують її здатність діяти, а значить позбавляють її змоги жити» [376, с. 38]. Е. Фромм вважав, що «при всьому при цьому релігійні течії не тільки виражали сподівання представника середнього класу, але і всіляко сприяли їх розвитку та

посиленню, раціоналізуючи їх, розкладаючи їх на логічні складові. І разом з тим вони допомагали людині позбавитись від почуття внутрішньої тривоги. Вони допомагали зрозуміти, що тільки тоді людина зможе подолати сумніви, які її мучать і позбавитись від неусвідомленої тривоги, коли вона повністю визнає своє безсилля і свій жалюгідний початок, вибравши справою всього свого життя вимолювання прощення, покаяння і спокутування гріхів за допомогою повного самознищення разом з богоугодною старанністю; що лише тільки старанністю і повною покорою вона може заслужити милість Бога і його прощення і таким чином здобути надію опинитися серед тих, кого Господь спасе від вічних страждань» [376, с. 125–126].

Систематична праця стала в часи Реформації, згідно з протестантською ідеологією, головним обов'язком вірянина, а її успішність – свідченням богообраності. У ту пору розуміли, що людська праця значно зменшує тривожність.

Дослідники стверджують, що вчення М. Лютера, яке виступало проти католицької церкви (для католиків протестантизм означав пришествя диявола) і хотіло подолати страх, тільки підсилило його, навіть ще на початковій стадії Реформації. У свою чергу, страх породив масове озлоблення.

2.3. Страх у Новий час, в епоху Просвітництва та в німецькій класичній філософії

Новий час, включно з епохою Просвітництва (XVII–XIX), характеризується утвердженням капіталістичного способу виробництва, піднесенням економіки, гуманізмом, антропоцентризмом, раціоналізмом, сцієнтизмом.

Величезне значення для бурхливого розвитку особистості, властивого цій порі, мала наукова революція (відрізок часу приблизно від дати публікації розвідки Миколая Коперника «Про обертання небесних сфер», тобто з 1543 року, до діяльності Ісаака Ньютона, твір якого «Математичні начала натуральної філософії» вперше надруковано в 1648 році). Ідеться про могутній рух, який набуває в XVII ст. характерних рис у працях

Галілео Галілея, ідеях Френсіса Бекона і Рене Декарта і який згодом здобуде своє завершення в класичному ньютонівському образі Всесвіту, схожого на годинниковий механізм. І. Ньютон у своїй теорії гравітації об'єднав фізику Г. Галілея і фізику Йоганна Кеплера. Справді, з позицій механіки можна сказати, що теорії Галілея і Кеплера вже були дуже близькими до окремих результатів, які одержав Ньютон [291, с. 43]. Майже все, чим відрізняється новий час (світ) від більш ранніх століть, обумовлене наукою, яка досягла своїх найбільш разючих успіхів у XVII столітті [290, с. 597]. Змінилися, таким чином, не лише образ світу й образ науки, а й уявлення про людину, її свідомість тощо. Особливе значення в Новий час і в епоху Просвітництва набув розвиток людського розуму і знань. Сучасники вважали: «Найвище призначення «розуму» зробити всіх людей щасливими, які б жили у згоді з вимогами і потребами своєї «звичайної» природи» [366, с. 293]. А Ф. Бекон говорив: «Знання само по собі сила. (Знання – сила)» [340, с. 119]. У праці «Відповідь на питання: що таке Просвітництво» (1784) І. Кант зазначав: «Просвітництво – це вихід людини зі стану неповноліття, в якому вона перебуває з власної вини. Неповноліття – це нездатність користуватися своїм розумом без керування з боку когось іншого. Неповноліття з власної вини має причину не в недостатності розуму, а в недостатності рішучості і мужності користуватися ним без керування з боку когось іншого. Sapere aude! (Май сміливість бути мудрим!). Май мужність користуватися своїм власним розумом! – такий девіз епохи Просвітництва» [291, с. 455].

Зародження капіталістичних відносин у сфері промисловості і торгівлі викликало серйозні зміни в соціальному бутті особистості. Феодальна регламентація і прикутість людини до свого природного і соціального середовища стали несумісними з новими реаліями. У суспільстві вільної конкуренції окрема людина виступала вільною від звичайних зв'язків, які в попередні історичні епохи робили її власністю певного обмеженого людського конгломерату [164, с. 207–208].

Щоб усвідомити і зрозуміти основні тенденції феномена страху в цей час, слід звернутися до визначних мислителів доби Нового часу Френсіса Бекона, Рене Декарта, Томаса Гоббса, Блеза Паскаля, Бенедикта Спінози, Девіда Юма, Поля Анрі Гольбаха, Шарля-Луї де Монтеск'є, Клода Адріана Гельвеція, Іммануїла Канта, Фрідріха Шеллінга, Георга Гегеля, Людвіга Фейєрбаха.

Осмислення проблеми страху простежується досить чітко ще в англійського філософа *Ф. Бекона* (1561–1626), який «знаменує початок формування мислення Нового часу» [239, с. 107]. Він стверджував: «Немає нічого страшнішого, ніж страх» [11, с. 536]. Мислитель переконував, що природа наділила все живе страхом. Страх стає важливим засобом існування, бо допомагає зберігати життя, уникати і долати небезпеку. Але, крім рятівного страху, є ще страх порожній і безпідставний. *Ф. Бекон* вказував на панічним страх, який з'являється в натовпі у важкі, смутні часи і може передаватись від нього навіть мудрим людям. Цей філософ, родоначальник емпіризму, виняткове значення надавав науці (його знаменитий афоризм «Знання – сила» донині є символом науки), протиставляв її суєті буття. Він повсякчас пропагував дослідну науку, яка збільшує могутність людини над природою та вдосконалює її життя. Будь-який страх, на його думку (і передусім страх перед смертю чи нещастям), можна знизити чи зменшити завдяки науці (як в Епікура, страх допомагає долати філософія), адже вона робить людський дух рухливим і гнучким.

Класичне розуміння значення феномена страху простежується в концепції французького мислителя *Р. Декарта* (1596–1650). Стан страху він описав у вченні про людські пристрасті. Згідно з його концепцією страх «присутній» у людській душі не як екзистенціал, а як психологічна пристрасть, поряд з іншими пристрастями. У праці «Пристрасті душі» філософ виділив три групи пристрастей: 1) фізіологічні (де відчуття нав'язують свій закон суб'єкту) – від захоплення до гніву, від радості до печалі; 2) психологічні пристрасті (де душа й тіло реалізуються в єдності всередині пристрастей), які можуть виходити і від

об'єкта, і від суб'єкта – страх, надія, любов, бажання, ненависть; 3) моральні пристрасті (вони пов'язані зі свободою волі), що несуть «печать душі», виявляючи людину як «духовну тварину» (наприклад, щедрість). Щоб угамувати чи перемогти емоції, душа мусить спиратися на два почуття – печаль і радість. Для цього потрібно надавати перевагу не емоціям і почуттям, а розуму, бо він зорієнтований на пошук істини і виступає основним «оцінювачем» пріоритетів у виборі прийнятних емоцій [227, с. 101–102].

Мислитель заявляв, що вихідним станом душі є задоволеність через володіння будь-яким благом. Вона (душа) може відчувати небезпеку втрати блага і переживати при цьому ревності, які не що інше як «вид страху, пов'язаний з бажанням зберегти за собою володіння якимсь благом» [94, с. 554].

Душа людини, діяльність якої, згідно з Р. Декартом, пов'язана передусім із «залозою» в мозку, при появі «страшного» предмету «відчуває страх» і може, при особливій «силі» душі впливати на дії людини – зупинити втечу, спонукати до поєдинку. «Відчуваючи страх, людина має право вибору. Вона може або подолати його якоюсь осмисленою дією, або відмовитися від дії, визнавши при цьому повну перемогу страху» [191, с. 43]. Тільки бажання й волі душі недостатньо для боротьби зі страхом (і взагалі з «пристрастями» – емоціями). Основна запорука перемоги над пристрастями – інтелектуальна, тобто знання Істини, а в цьому разі – усвідомлення наслідків утечі від страшного, «прорахування» варіантів розвитку подій [68, с. 322]. Культивування розуму як безумовної чесноти, підкорення волі розуму є запорукою досягнення ясності, що гарантує порядок, і водночас – умовою реалізації свободи волі.

Страх у Р. Декарта має яскраво виражене негативне значення. Власне, він є крайнім ступенем боягузтва. Страх протистоїть надії: «Надія – це схильність душі переконувати себе в тому, що бажане здійсниться... Страх же є схильність душі переконувати себе у тому, що бажане не здійсниться» [94, с. 554]. Філософ зауважував: «Коли надія досягає своєї межі, вона змінює свою природу і називається вже упевненістю; навпаки, крайній страх стає відчаєм» [94, с. 508].

Спробу виділення із страху законів природного і цивільного стану людей здійснив англійський філософ *Т. Гоббс* (1588–1679), який «першим в історії філософії створив закінчену систему механістичного матеріалізму» [239, с. 108]. Поняття страху було надзвичайно актуальним для цього мислителя. Він говорив, що зіткнувся зі страхом ще тоді, коли перебував в утробі матері, народився від передчасних пологів (його мама була налякана звісткою про вторгнення в Англію так званої Непереможної армади – великого військового флоту (близько 130 кораблів), зібраного Іспанією під час англо-іспанської війни (1587–1604). Згодом Т. Гоббс часто повторював: «Моя мама була переповнена таким страхом, що вона носила близнюків: мене і разом зі мною страх» [422, с. 17]. Він дав визначення страху в трактаті «Про громадянина»: «Я ж розумію під цим терміном будь-яке передбачення майбутнього зла. Я включаю в поняття страху не тільки прагнення втікати (від небезпеки), але й недовіру, підозру, обережність, передбачливість, що дозволяє уникнути небезпеки» [77, с. 287–288]. Т. Гоббс кардинально переосмислив страх після розриву з традиційною аристотелівською мораллю. Він стверджував, що поведінку людини реально визначають пристрасті людей. Серед них яскраво виділяються марнославство і страх. «Марнославство – це сила, яка робить людей сліпими, страх – це сила, яка змушує людину бачити» [423, с. 129].

На думку філософа, усі співтовариства починаються із взаємного страху людей, який закорінений, з одного боку, у природній рівності людей, а з другого – в їхньому взаємному бажанні завдати одне одному шкоди. Причиною протистояння мислитель вважав марнославство, хибну самооцінку і постійне бажання людей володіти однією і тією ж самою річчю. У такій боротьбі перемагає сильніший. Єдиним непохитним прагненням людини є прагнення до влади, і воно повсякчас зростає через страх втратити те, що маєш. За Т. Гоббсом, «природним станом людей до об'єднання в суспільство була війна, і не просто війна, а війна всіх проти всіх» [77, с. 287–288]. Однак такий стан – це тупик, і розум людський зажадав суспільного договору в інте-

ресах самозахисту. Люди мали віддати частину своїх прав на користь загального, для свого виживання і самозбереження. Замість звичайного природного права почалася дія суспільного закону – розумного обмеження цього права з метою забезпечення життя і спокою, коли кожен пропонує собі утриматись від того, що може йому нашкодити. Таке положення стало нормою і цінністю, визнаними більшістю. Загалом культура, як вважав Т. Гоббс, не може існувати без встановлення системи порядку, що вибудовується над природними інстинктами зі страху смерті і слугує передусім забезпеченню впевненості та стійкості.

Філософ розумів страх не як якусь примітивну емоцію, власниту і тваринам, а як раціональну, моральну емоцію, якій навчали впливові люди в церквах і університетах [298, с. 45]. Страх є активним початком, бо він спонукає до дії розум людини. У свою чергу, «породжений страхом розум доводить, що відсутність страху є умовою задоволення будь-якого потягу» [251, с. 162].

Згідно з Т. Гоббсом, природний стан (до об'єднання людей у суспільство) – війна всіх проти всіх, де перемагає сильніший, веде людей лише у безвихідь. А раціональний страх виявився тим засобом, який допоміг людям домовитися, встановити суспільні закони, щоб вони (люди) не знищили одне одного. З філософії Т. Гоббса видно, що страх має ще й неабияку політичну силу.

Французький філософ і математик *Б. Паскаль* (1623–1662) акцентував увагу на страху (разом з іншими пристрастями) суто в живих предметах. Розуміння і відчуття проблеми страху в нього пов'язувалося не стільки з фіксацією зв'язку страху з живими тілами, скільки з інтерпретацією християнських догматів в дусі екзистенціалізму. Причину людських страхів учений вбачав у принциповому незбігові онтології нескінченної, незнищеної природи і смертної людини, а точніше – в усвідомленні людиною такого незбігу. Особливу увагу Б. Паскаль звертав на уяву і надавав їй великого значення. Він визнавав, що через призму уяви вияскравлюється весь психологічний світ людини: «Запропонуйте найбільшому філософу перейти через прірву по найширшій і міцній дошці: як би розум не запевняв його у відсутності небезпеки, уява його все-таки візьме гору» [261, с. 33].

Ідеальним страхоборцем мислитель упевнено обрав Ісуса Христа. Ісус, перебуваючи в сумніві і в страху смерті, молився про те, щоби проявилась воля Бога-Отця. «Але, узнавши Його волю, Він іде назустріч їй, щоб принести себе в жертву» [260, с. 331]. Тому Христос, який, за Б. Паскалем, відчуває досі (і до кінця світу) страждання і самотність у жаху ночі, є прикладом для вірянина, котрий не повинен спати в цей час. Людина бачить страшні простори всесвіту, які її оточують.

Філософ вважав, що людський досвід ненадійний, бо схильний до волі випадку. Таким чином, звернення до розуму було запропоновано з метою досягнення визначеності. Але широко розповсюджена довіра до розуму помилкова, оскільки вона не бере до уваги силу емоцій. Це зауваження зовсім не означає, що Б. Паскаль низько оцінював розум. Але насправді він був приголомшений, наскільки часто інтерес до самого себе і марнославство є справжніми мотивами особистості і що вони «виправдовуються» «розумними аргументами» [375, с. 56].

Б. Паскаль підкреслював, що «немає для людини нічого важливішого, ніж її доля; немає для неї нічого страшнішого, ніж вічність» [260, с. 193]. Саме смерть відкриває ворота жахливої вічності і загрожує цим щомиті людського життя. Жах полягає і в щохвилинній можливості смерті (і вічності), і в неминучості смерті, і в незнанні про «змістовне» наповнення екзистенціальної вічності людини – «вічного небуття, вічних мук». Без напруженого осягнення власної участі, подолання страху смерті і боротьби із самою смертю не може скластися справжнє людське буття.

Важливе місце страх посідав і в голландського філософа-раціоналіста *Б. Спінози* (1632–1677). У сферу страху в нього потрапляли не лише ті предмети, які безпосередньо діють на людину, але й ті, що в конкретній ситуації можуть тільки мислитися. У цій ситуації яскраво видно, що Б. Спіноза, як і Б. Паскаль, певну увагу звертав на феномен уяви. Завдяки уяві люди, на думку філософа, мають можливість передбачити ситуацію та адекватно на неї відреагувати і належним чином з неї вийти. Розум, переконував він, робить індивіда вільним від забобонів,

отже, потрібно жити відповідно до настанов розуму. Як засвідчує поведінка натовпу, для визволення від масових страхів індивідуальної свободи людини зовсім не достатньо. Щоб справді вільно розвиватися, люди усвідомлюють необхідність об'єднуватися. Найбільш вдалою формою державної організації, вважав голландський філософ, є республіканська форма правління, де за допомогою загальної свободи здійснюється вільний розвиток кожного.

Шотландський філософ *Д. Юм* (1711–1776) говорив, що всі науки зводяться до однієї – науки про душу, про психологію. У зв'язку з цим розв'язання моральних питань він вважав своїм головним завданням. Феномен страху мислитель розглядав у рамках теорії про афекти, яка в його вченні є сполучною ланкою між теорією пізнання та етикою [191, с. 46].

На думку *Д. Юма*, людиною керують афекти, в яких можна бачити аналог сил відштовхування і притягання, як у відкритті *І. Ньютона*. В афектах він бачив рушійну силу людських вчинків, зауважуючи, що «під афектом ми зазвичай розуміємо сильну і відчутну емоцію нашого духу, яка виникає, коли перед нами постає певне благо, чи зло, чи якийсь об'єкт, який у силу первинної будови наших здібностей здатен викликати в нас прагнення до себе» [411, с. 580].

Д. Юм досліджував страх у взаємному зв'язку з іншими афектами людини – печаллю, радістю, задоволенням, стражданням, надією. Надія, вважав він, є протилежністю страху, і так само, як і страх, вона виникає через імовірність чи недостовірність стану духу: «Подія, яка, будучи достовірною, породила б печаль чи радість, завжди збуджує страх чи надію, якщо вона тільки імовірна чи недостовірна» [411, с. 582–583].

Значним відкриттям *Д. Юма* було діалектичне розуміння причин страху як обумовленості неможливого і дійсного. Стан імовірності чи недостовірності виникає, на думку філософа, через постійну боротьбу протилежних можливостей реалізації афектів, у перебігу яких дух не може зупинитись на якомусь одному афекті, якомусь боці суперечності, а постійно переходить від одного до іншого. Будь-яке коливання чи зміщення

афектів породжує страх. Д. Юм цілком слушно зазначав, що «нове положення об'єкта чи новий напрямок думки можуть змінити спосіб переживання афекту» [410, с. 591], у тому числі й страху як одного з них.

На дії афектів у вченні мислителя побудовано пояснення багатьох етичних явищ. Почуття страху не належить до головних афектів. Головним афектом, гадав він, є симпатія, яка притягує людей один до одного згідно з людською природою.

Значний внесок в осмислення феномена страху зробили і французькі *мислителі-просвітники* XVIII століття П. Гольбах, Ш.-Л. Монтеск'є, К. Гельвецій та ін.

Для філософа-матеріаліста доби Просвітництва *П. Гольбаха* (1723–1789) страх – це основний мотив, що примушує зберігати цілісність людського співтовариства. Страх, разом з індивідуальним безсиллям, прагненням до самозбереження і розмноження, утримує індивіда в середовищі людей. У суспільстві людина неначе подвоює сили, знаходить притулок від страху. Але страхом не варто зловживати, суспільна система має реальну можливість самопороджувати своїх антиподів, для цього слід обмежити владу, яку надали вождям [375, с. 58]. Мислитель справедливо запевняв, що «коли людина боїться, вона перестає думати» [348, с. 291].

У фокусі досліджень французького філософа і письменника *Ш.-Л. Монтеск'є* (1689–1755) були питання державного устрою, принципи та форми правління. Він сформулював теорію поділу влади (на законодавчу, виконавчу і судову), яка досі лежить в основі створення будь-якої демократичної держави. Цей мислитель став одним із основоположників сучасних форм представницької демократії.

Ш.-Л. Монтеск'є виокремив три форми правління: республіканську, монархічну і деспотичну. Він довів, що кожній формі правління відповідає і «свій принцип, який приводить у рух механізм людських пристрастей – особливий для даного політичного ладу. У республіці (і особливо в демократії) таким принципом є добродієність, у монархії – честь, у деспотії – страх» [236]. Страх філософ трактував як засіб реалізації деспо-

тичного виду правління. Таким чином, означений феномен справедливо здобув у нього соціальне забарвлення.

Дослідженням феномена страху займався і французький філософ-матеріаліст епохи Просвітництва *К. Гельвецій* (1715–1771). Вивчаючи причини його виникнення, у праці «Система природи» він зробив висновок про те що страх (боязнь) виникає під час сприйняття суб'єктом грандіозних сил природи. Порівняння цих сил із своєю слабкістю примушує індивіда трепетати від страху. «Таким чином, у сфері образів піднесене припускає завжди почуття початкового страху і не може бути наслідком жодного іншого почуття» [75, с. 398]. Страх перед природою у цього філософа має фатальний характер: він пов'язаний з усвідомленням людиною своєї неповноцінності, нікчемності.

Перед аналізом проблематики страху в німецькій класичній філософії слід зауважити, що страх взагалі стає предметом філософського аналізу «у зв'язку з відкриттям несвідомого німецьким ідеалізмом (особливо Шеллінгом) і романтиками» [246, с. 645]. Прикметно, що терміном «німецька класична філософія», який вживався у радянській філософській літературі, досі послуговується і пострадянська наука. До її представників відносять І. Канта, Й. Фіхте, Ф. Шеллінга, Г. Гегеля, Л. Фейєрбаха. У європейській філософській думці поширений інший термін – «німецький ідеалізм», а його представниками є всі вищеперелічені мислителі, крім матеріаліста Л. Фейєрбаха.

Немало роздумів про страх родоначальника німецької класичної філософії *І. Канта* (1724–1804) не втратили живої зацікавленості і в постсучасному світі. Мислитель із Кенігсберга, розмірковуючи про природу страху, увів для його обґрунтування поняття сили. Сила, яка властива об'єкту, має здатність, на думку І. Канта, долати перешкоди на шляху його розвитку. Таким чином, страх переводиться у сферу духовності: «Боязнь, острах, переляк і жах суть ступені страху, тобто відрази до небезпеки. Присутність духу, коли страх зустрічають розсудливо, є мужністю. Сила внутрішнього почуття... коли не легко піддаються почуттю страху, є безстрашністю» [145, с. 501]. Індивід здатний чинити опір і долати перешкоди, якщо синтезує свій

розум і чуттєвість. Філософ наголошував, що однією із слабкостей (вад) особистості є владолюбство. Через цю слабкість можна успішно впливати на людину страхом. Маючи цю якість (владолюбство), індивід боїться опинитися під владою інших і тому прагне завчасно сам досягти влади над іншими. За І. Кантом, страх – «це феномен, що передбачає, в силу найважливішої ролі, яку він відіграє у становленні і функціонуванні духовного світу людини, комплексно-психологічний і, звичайно ж, філософський аналіз, що вимагає відповідних онтологічних, гносеологічних, методологічних і аксіологічних розробок» [9, с. 25].

У *Ф. Шеллінга* (1775–1854) страх виступає певним соціокультурним регулятором. Для нього страх передусім – це жах перед втратою свідомості єдності народу. «Страх перед повним зникненням єдності, – писав Шеллінг, – а разом з тим і будь-якої справжньої людської свідомості, – ось що дарувало людям і перші релігійні обряди, і навіть перші громадські споруди; мета їх була зберегти і узабезпечити від подальшої руйнації все, що зуміли вони зберегти від колишньої єдності» [399, с. 606]. На думку філософа, страх втрати єдності можна подолати. Засобами подолання виступають: «створення особливих союзів (наприклад, каст); вироблення жорстких жрецьких уставів (доктрин); зовнішні свідчення існування спільнот (наприклад, у вигляді монументів). Страх є сполучною ланкою, фактично традицією. Доки традиція якогось співтовариства жива, жива і єдність його членів» [375, с. 59].

Перші зауваження, пов'язані із сучасною проблематикою страху, можна знайти ще у молодого *Г. Гегеля* (1770–1831). Ідеться про одне цікаве місце із «Феноменології духу» [72, с. 136–145], в якому мислитель показав діалектику пана і раба. Пан переміг раба і думає, що винесе з абсолютної перемоги визнання самого себе як пана, бо він переміг завдяки презирству до смерті, ризику, якому піддавався до останньої хвилини. Пан стверджує, власне, що абсолютне визнання свідомості зобов'язане цій свідомості вже одним тим, що вона не відчувала «страху», тоді як, навпаки, свідомість, що відступила перед ризиком, не може мати іншої реальності, крім визнання

іншого як себе, як *ipse*. Але, як розмірковував Г. Гегель, межова істина відносин пана і раба не така.

Майбутнє належить рабові, а панування – це історичний тупик. Чому? Що примушує стверджувати, що раб є межова істина пана? Те, що раб, на протигагу панові, пізнав страх. Пан не мав творчого досвіду негативності, яку пережив раб. Свідомість раба відчувала страх не з приводу тієї чи іншої речі, упродовж того чи іншого часу, вона переживала страх щодо всієї його сутності загалом, бо вона пережила страх смерті, який є абсолютним паном. Отже, ні відвага, ні ризик не розкривають людину та її усвідомлення самої себе. Це робить загроза небуття. Потрібно, на наш погляд, правильно зрозуміти Г. Гегеля. Велич раба не в тому, що він відступив, – за це він покараний своїм рабством. Його велич у тому, що він побачив тотальність свого буття, яка зосереджена у спілкуванні зі своєю смертю, і побачив цю тотальність як можливість не бути. Пан відчував, можливо, страх за ті чи інші свої багатства, боявся отримати рани в битві; він не пізнав (оскільки він пан) страху смерті, і він, власне, не знає ні себе як тотальність, ні цю тотальність як негативність. Яка ж відмінність між смертю і страхом? Смерть – це розкриття всього у мені самому, але розкриття, що знищує само себе. Тільки страх смерті робить із цього розкриття знання, таке, яке дозволить привести свідомість до її розквіту.

Г. Гегель вивів дослідження страху на новий рівень. Він уперше намагався проаналізувати природу страху через діалектичну взаємодію внутрішніх і зовнішніх сторін буття. Мислитель акцентував увагу на страху як найважливішому аспекті буття, підкреслюючи при цьому його подвійну природу: з одного боку, це занепокоєння буття з приводу охорони його власних меж, з другого – необхідність розширення цих меж [71, с. 175–191].

Німецький філософ вважав страх найважливішим аспектом розвитку буття. Він розглядав механізм появи людського страху через діалектику взаємодії окремої, емпіричної, кінчної свідомості і свідомості загальної, нескінченної, абсолютної (до речі, у першому розділі ми вдалися до онтологічного пояснення природи страху Г. Гегелем, яка ґрунтується на теорії рефлексії). Усвідомивши свою принципову кінчність, суб'єкт намагається

зняти її у сфері «чистої думки абсолютної сили Єдиного», тобто Бога. «Усвідомивши обмеженість і безумовно приймаючи віру в абсолютного творця, суб'єкт цим самим здобуває справжню мудрість і свободу» [9, с. 33].

Концепцію страху сформулював у своїй творчості й німецький філософ-матеріаліст *Л. Фейєрбах* (1804–1872). Мислитель вважав страх певним почуттям залежності від предмета. Цей предмет має владу, щоб знищити мене. Щоб обґрунтувати попередню думку, він звертався до проблеми виникнення релігії і підкреслював, що майже всі релігійні вірування виникли в ситуації страху перед тими чи іншими явищами, які викликають страх і жах. Люди релігійно налаштовуються здебільшого в тих випадках і в ті моменти життя, коли в них збуджується страх [375, с. 60].

Страх у Л. Фейєрбаха є найпоширенішою формою залежності від «іншого» і виражається у священному трепеті перед всемогутністю Абсолюту. Підтвердженням своєї гіпотези він вважав той факт, що первісні народи роблять предметом своєї релігії явища, які викликають жах чи дії природи.

Страх у цього філософа виступав протилежністю іншого важливого почуття в житті людини – любові. Любов, на противагу страху, виражає позитивну залежність індивіда. Вона, на думку Л. Фейєрбаха, може бути також однією з причин виникнення релігії [191, с. 49].

Загалом у цього мислителя страх здобув негативне забарвлення. Він розглядав страх, як усепоглинальне почуття, підкреслював його деструктивний вплив як на особистість, так і на суспільство.

Представники німецької класичної філософії зробили вагомий внесок в інтерпретацію проблеми страху. Феномен страху розглядався ними як соціальне явище, етична категорія, психологічна основа релігії.

2.4. Аналіз страху в екзистенціальній та психоаналітичній філософії

На початку нашого аналізу доречно наголосити, що філософія *екзистенціалізму* – антропологічна за своєю суттю, оскільки її центральною проблемою є проблема людини та її існування у

світі. Питання про основоположника цього неklasичного напрямку дотепер залишається дискусійним. Його засновниками (чи засновником) часто називають С. К'єркегора [317, с. 735; 362, с. 97], М. Гайдеггера [263, с. 232], Ж.-П. Сартра [144, с. 155]. Хоча, наприклад, М. Гайдеггер «не вважав себе екзистенціалістом і називав свою філософію інакше – «фундаментальна онтологія» [263, с. 232]. Екзистенціалісти висунули на перше місце мотиви, які часто ігнорувалися іншими напрямками, а також наголосили на необхідності розглядати багато проблем у категоріях відповідальності людини за світ, в якому вона живе.

Почуття й суб'єктивні людські переживання, пов'язані з проблемою відчуження індивіда від суспільства, розглядалися в екзистенціалізмі надзвичайно глибоко. «У ХІХ ст., у період кардинальних змін структури в усіх сферах людського буття, саме представники цього філософського напрямку першими звернули увагу на проблему страху» [191, с. 52]. Цей феномен – один із основних модусів людського існування. У світобаченні (філософії) екзистенціалістів страх – це екзистенціал, тобто одне з «вихідних, початкових визначень» [362, с. 97] (суб'єктивне, емоційно-забарвлене поняття). До таких екзистенціалів (крім страху) належать життя, смерть, самотність, свобода, абсурдність, турбота, відчуженість, тривога, покинутість тощо. Л. Блінніков справедливо запевняє, що «поняття страждання, або страху, стає наріжним каменем екзистенціалізму» [39, с. 306]. Однак, на думку багатьох учених, екзистенціалізм – це «філософія сильних і відважних людей, здатних без страху дивитися в очі неминучої смерті» [112, с. 45].

На перший погляд, страх взагалі не має будь-якого глибокого філософського значення. Його розглядають як щось таке, що, можливо, й охоплює болісно людину, по суті, зачіпаючи її із зовнішнього боку, як слабкість, яка оволодіває людиною через недосконалість її ества лише епізодично і яку слід долати за допомогою виховання і самовиховання.

Екзистенціальна філософія заперечує твердження, яке склалося багато століть тому в межах класичної філософії, починаючи з античних часів, про здатність розуму досягнути раціо-

нальний порядок світобудови і побудувати на цій основі гармонійне суспільство. Багато в чому вона репрезентує спробу визначити місце у світі людини, для якої «Бог помер» (у термінах Ф. Ніцше). «Людина поставлена перед безоднею ніщо, відчуває страх і жах, бо вона відділена від Бога. Страх є результатом відірваності, роздільності, відчуженості, покинутості» [29]. Індивід самотній, сподіватися йому ні на кого, виправдати свої дії «посиланням на» божественні заповіді більше неможливо, відповідальність за всі вчинки лежить на людині, світ абсурдний, бачення розуму як основи культури не виправдалися. Усі ці зміни у світосприйнятті супроводжуються крайніми формами страху. Власне, страх є механізмом переходу в нове культурне світосприйняття. І зараз це передусім страх людини, «приреченої на свободу». У перетворенні звичного довкілля на царству абсурду, де не зрозуміло, що діється і чого ще слід чекати, філософи проголосили: «Бога нема, світ – порожнеча, людина самотня і відчуває страх» [375, с. 72].

Своєрідним відкриттям екзистенціальної філософії стало пізнання феномена страху в його основоположному значенні – як умови становлення справжнього існування [191, с. 52]. Спочатку це зробив С. К'єркегор у роботі «Поняття страху» (1844), якій, утім, роком раніше передували співзвучні думки в його ж творі «Страх і трепет». Систематичний філософський розгляд страху розпочався з відповідного розділу в дослідженнях М. Гайдеггера. Екзистенціальна філософія стала понятійним вираженням страху.

Відомий німецький філософ *О. Больнов* (1903–1991), послідовник М. Гайдеггера, котрий зробив «перші в європейській філософії спроби критичного осмислення популярного на той час екзистенціалізму» [337, с. 95] у знаменитій праці «Філософія екзистенціалізму» дуже вдало, на нашу думку, висловився про страх як надзвичайно важливий складник буття людини. Він переконував: якби було більш точно розвинуто ставлення людини до світу і при цьому пролито світло на людську ситуацію в усій її незахищеності і світ у всій його тривожності, то тим самим усе більшої чіткості набув би той факт, що розуміння

світу і життя екзистенціальна філософія розгорнула на тлі з цілком визначеного підходу. Останній являв собою не холодну об'єктивність теоретичної позиції, але й не тепле почуття близькості й довіри до всього довкілля, властиве філософії життя в її основах, бо у випадку з екзистенціальною філософією головними є похмурі й гнітючі сторони життєвого досвіду: страх і відчай, смуток і нудьга, які надають екзистенціальній філософії своєрідний вигляд. І в цьому плані проти екзистенціальної філософії досить часто висувалися заперечення. Вважалося, що вона є філософією песимізму, який протистоїть життю. Але при цьому, як справедливо зазначив О. Больнов, забувалося, що на основі екзистенціальної філософії жодним чином не передбачалося послаблення сил, що саме вона є джерелом сили і досягнення існування. У спробі впорядкувати в першочерговому огляді багатоманітність позицій відповідно до двох полюсів – світлого і похмурого, – здається, вирішальним в екзистенціальній філософії є похмурий. Із різних можливих тут відтінків особливо продуктивним виявляється страх, отже, філософська продуктивність страху є великим антропологічним відкриттям екзистенціальної філософії. Страх особливо пасує для того, щоб прояснити своєрідний нетеоретичний, емоційний характер екзистенціальної філософії. У понятті страху поєднується чимало з того, що було ще досить абстрактно розвинуто раніше під час обговорення ситуації і межової ситуації [42].

Екзистенціалізм декларує, що світ тим страшний, що в ньому немає смислу, він не піддається людському розумінню [220, с. 126]. Під маскою доброзичливості люди діють одне проти одного. Особливу увагу екзистенціалісти надавали емоційному життю людини, оскільки на все довкілля людина реагує не тільки теоретично чи інтелектуально, але передусім емоційно.

Данського філософа й теолога *С. К'єркегора* (1813–1855) справедливо вважають одним із найбільш значних попередників сучасного екзистенціалізму. На думку багатьох дослідників творчого доробку мислителя, його концепція «в питаннях пізнання й етики є вихідною точкою теорії пізнання будь-якого варіанту екзистенціалізму XX століття – як атеїстичного, так і релігійного» [167, с. 98].

Цьому філософові належало перше трактування страху як стану невизначеного, розпливчастого занепокоєння, відмінного від звичного розуміння страху як почуття, що виникає перед якоюсь конкретною небезпекою. Йому вдалося зробити об'єктивний опис означеного феномена, а також «указати конструктивні методи поводження з ним» [191, с. 53]. У книзі «Страх і трепет» [181] С. К'єркегор розглянув страх у контексті проблематики віри і знання.

Сюжетна лінія цього твору пов'язана зі старозавітною повістю про Авраама. «Бог спокушав Авраама... Бог сказав: візьми сина твого єдиного твого, якого ти любиш, Ісаака; і піди в землю Морія, і там принеси його у всеспалення на одній з гір, про яку я тобі скажу» (кн. Буття 22.1-2). У відомій історії затаєний глибокий парадокс віри. С. К'єркегор намагався показати «нужду і страх», які переслідували Авраама, а тепер мають оселитися в душі всякого істинного вірянина. Філософ означував Авраама як лицаря віри: він рухається до безкінечного самозречення, через яке виражає своє бажання духовно і цим самим досягає безкінечності. Але за допомогою віри, а саме віри силою абсурду, лицар віри здобуває кінцеве. По суті, через віру здійснюється примирення кінцевості людини з відчаєм перед лицем безкінечності. «Він пережив біль відмови від усього найбільш любимого, що буває лише в людини у цьому світі, і все ж скінчення для неї так само добре на смак, як і для того, хто не знає нічого більш високого...» [181, с. 28].

У своїй філософії С. К'єркегор спробував дати психологічне пояснення страху (наявного в кожній людині) з точки зору християнства. Цьому він присвятив працю «Поняття страху», де розглянув проблему первородного гріха, покладеного в основу страху. Через падіння Адама гріх увійшов у світ, а через гріх кожної людини страх входить у її свідомість. Найперший гріх, гріх першолюдини, відкрив, разом зі страхом, дорогу смерті. Страх, за С. К'єркегором, це – симпатична антипатія й антипатична симпатія. З одного боку, людина боїться можливості, закладеної в страхові, але, з другого, вона якраз і прагне реалізувати цю заборонену можливість. У цьому виявляється двознач-

ність страху. Через страх людина стає винною і водночас – невинною, бо страх – це сила, яку вона любила і яку вважає чужою.

Тема співвідношення страху і свободи стало однією з ключових у працях данського мислителя. Відмінною рисою людини, яка відділяє її від усіх інших живих істот, – усвідомлення своїх можливостей. Індивіда постійно ваблять до себе можливості, він думає про можливості, він уявляє їх і здатен у творчому акті втілити в реальність.

Свобода для С. К'єркегора – це можливість. Однак здійснення будь-яких можливостей завжди супроводжує страх. Філософ вважав, що страх можна зрозуміти тільки в його зв'язку зі свободою людини. Чим більші можливості має людина, тим більшою мірою вона повинна відчувати страх. Страх – це проміжна ланка між наявною можливістю і втіленням її в реальність. Свобода початково пов'язана з почуттям страху і провини, яка говорить про нормальне життя духу і тягар якої вільна людина мусить нести на собі [191, с. 54]. Знаменитий к'єркегорівський опис страху дозволяє побачити онтологічну перспективу цього «стану»: «Страх можна порівнювати із запамороченням. Той, чий погляд випадково впадає в зяючу безодню, відчує запаморочення. У чому ж причина цього? Вона стільки ж закладена в його погляді, як і в самій безодні, – адже він міг і не подивитися вниз. Так само страх – це запаморочення свободи, яке виникає тоді, коли дух прагне хотіти синтезу, а свобода зазирає вниз, у власну можливість, хапаючись за скінченне, щоби утриматися на краю. У цьому запамороченні свобода руйнується. Далі психологія піти не може, та вона цього і не бажає. У ту ж саму мить усе раптово змінюється, і, коли свобода піднімається знову, вона бачить, що винна. Між двома цими моментами лежить стрибок, який не пояснила і не може пояснити жодна наука» [400, с. 6].

С. К'єркегор послуговувався двома поняттями страху – страх суб'єктивний (той, що є у кожному суб'єкті) та об'єктивний (страх, що існує в роді). Мислитель пояснював, що, будучи «можливістю свободи», страх має «абсолютну виховну цінність». Він

«поглинає все скінченне» і навчає індивіда віддавати себе Провидінню, і тоді віра робить його здатним побачити все у новому світлі, а значить, «одержати все знову – як ніхто інший у дійсності» [181, с. 205].

Провину С. К'єркегор також пов'язував зі страхом, який є постійним супутником людського існування. Він переконував: не потрібно втікати від страху провини, шукати різні способи виправдання своїх вчинків, оскільки це може привести до значно тяжчих і невизначених наслідків. Здійснюючи це, індивід втрачає чудову можливість для формування своєї особистості. Страх провини він має взяти на себе. Тільки муки совісті, біль і страждання дозволяють установити нормальну життєдіяльність і виступають засобом відновлення моральності. Чим більшою мірою людина переживає страх провини, тим значніша вона сама [191, с. 54].

Безконтрольний страх-туга, предмет якого, як твердив С. К'єркегор, не може бути чітко визначеним, є, кінець кінцем, страхом смерті. Прикметно, що багато філософів розглядали страх смерті в трьох варіантах: 1) страх того, що наступить після смерті; 2) страх самої події вмирання; 3) страх небуття [415]. Сам же С. К'єркегор розумів страх смерті як «жах небуття», що повністю відповідає його концепції страху-туги як «страху перед ніщо». Такий страх з'являється саме тоді, коли людина усвідомлює, що буття існує на фоні невідворотної можливості небуття. Індивід скінченний, і він знає про свою скінченність, саме через це йому відомий метафізичний страх-туга, якого не відають тварини [191, с. 55]. Смерть у мислителя – це не те, чим закінчується життя, а те, що «висить» над людиною з дня її народження. Страх смерті, як і тінь, супроводжує особистість на всьому життєвому шляху. Підхід до смерті як до простого біологічного факту, тобто підхід науковий, «неупереджений», учений вважав пихатим і неадекватним, бо «занепокоєння – це істинне ставлення... до нашої особистої реальності» [181, с. 251]. Життя людини – це життя до смерті. Вона може статися в будь-яку мить, тому що є постійним супутником життя. «Неминучість смерті поєднується з невизначеністю години смерті»

[191, с. 55]. Але небуття, на думку С. К'єркегора, – не просто тривога перед невідворотною фізичною смертю: воно (небуття) тісно пов'язане з духовним світом людини. Не сам факт смерті, а саме осмислення кінця всього є предметом його філософії. Загроза небуття належить до релігійної і духовної сфери життя, оскільки це є страх перед безглуздям існування.

Загроза безглуздя сприймається людиною як загроза своєму Я. Але коли індивід приймає виклик цієї тривоги, коли бачить загрозу безглуздя і намагається їй протистояти, він сильніше відчуває «себе», своє Я. У такій ситуації почуття страху загострює сприйняття людини, спрямоване на себе, на своє буття, що відрізняється від світу небуття, або світу об'єктів [191, с. 55]. С. К'єркегор заперечив необхідність аскези: у вірі чуттєві насолоди є чимось байдужим. Стати монахом, на його думку, – великий рух самозречення. У цьому рухові людина досягає всю тугу самотності, прискіпливо вдивляється у свою душу і витягає на поверхню не тільки світлі, але й найтемніші спонукання. У цьому є великий страх і жах існування в самотності. За С. К'єркегором, піти в монастир – це тільки почати рух до самозречення, а справжній (істинний) рух – рух віри – чернець має здійснити силою абсурду.

Пояснюючи причини походження страху, датський мислитель намагався відповісти на питання: як особистість, долаючи конечність плоті, заплямованої первородним гріхом, може зіткнутися з нескінченністю, з Богом; як вона може розвинути в собі внутрішню віру? «У бездуховності немає ніякого страху, тому вона занадто щаслива й задоволена і занадто бездуховна. Проте це воістину сумна основа» [181, с. 190]. Ось чому С. К'єркегор назвав страх нашим найкращим другом.

У його філософії страх, так само, як і страждання, – рушійна сила релігійної свідомості. Сутність людини виражає її ставлення до Бога, до нескінченного. Для того, щоб знову здобути свою сутність, «з'єднатися з Богом», індивід має подолати свою обмеженість через віру й інтелект. Страх витікає з віри і навчає віри. Без страху Божого немає ні релігії, ні віри [191, с. 56]. Справжній страх, вважав С. К'єркегор, – це страх грішника

перед Богом. Це не низьке почуття, а ознака досконалості людської природи. Віра – це рятівний шлях позбавлення від жаху, що виникає перед абсурдом «ніщо». Через усю свою філософію мислитель проносить заклик до віри. Він закликає повірити, намагається повірити, але віра йому не дається, страх не проходить, і людина залишається один на один із всеохопним «ніщо».

Паралельно з к'єркегорівською теорією, яка розглядає людину як істоту, що охоплена постійною невпевненістю і страхом спасіння душі, постійним відчаєм і при цьому страждає від розлуки з Богом, *М. Гайдеггер* розвинув власну концепцію людського життя, якій загрожує так зване «інертне буття». Відомо, що цей мислитель не вважав себе екзистенціалістом і утримувався від уживання терміну «екзистенціальна філософія» (проте дослідники життя і творчості М. Гайдеггера відносять його до видатних представників цього ірраціонального філософського напрямку). У центрі його мислення взагалі «знаходиться не людина, не суб'єкт, не екзистенціал людини, а універсальне буття» [386, с. 81]. Ідея данського мислителя виявилася настільки значущою і важливою, що саме вона була покладена в основу фундаментальної онтології М. Гайдеггера.

Структура людського буття, на думку М. Гайдеггера, може бути представлена як єдність трьох компонентів: 1) буття суцього; 2) буття належного; 3) буття сьогодення. Кожне буття безпосередньо пов'язане з часом. Минуле – це не те, що вже пройшло, а те, що постійно присутнє і визначає як майбутнє, так і теперішнє (сьогодення). Буття суцього в німецького філософа пов'язане з минулим, буття належного – з майбутнім [191, с. 57].

Якщо майбутнє з його спрямованістю до смерті переважає в житті конкретного індивіда, то його буття є справжнім, оскільки саме можливість «не бути» дозволяє людині осмислити, що ж таке «бути». У разі домінування теперішнього «світ речей» і суєта перешкоджають індивідові усвідомити власну важливість, затуляють від нього його історичність. Буття цієї людини не є справжнім, оскільки вона живе у світі ілюзій, поступово втрачаючи своє обличчя, розчиняючись у речово-природному чи соціальному середовищі.

У розвідці «Буття і час» М. Гайдеггера одним із перших ужив термін «екзистенціал», розуміючи під ним різні вираження станів буття, тобто реальності, які дані нам і існують у Dasein та характеризують його. Терміном «Dasein» мислитель послуговався для характеристики людського буття, дуже своєрідного у порівнянні з існуванням речей. Dasein – буття, що реально існує, тобто усвідомлення індивідом себе як наявного тут і зараз [191, с. 58]. Серед екзистенціалів, які виражають стани буття та існують у Dasein, виділяється страх.

Німецький екзистенціаліст апелював до поняття страху в «Бутті і часі» у контексті фундаментальної онтології. Саме страх в його онтології розкрив Dasein як цілісну структуру. «Глибока туга, що бродить у безоднях буття, наче глухий туман, зміщує всі речі, людей та індивіда разом з ними в єдину масу якоїсь дивної байдужості. Цією тугою відкривається суще у цілому» [379, с. 21]. Тільки в стані страху і жаху людині відкривається власна смертність і, як наслідок, бажання піднятися до справжнього – гідного – існування. Страх цей філософ розглядав у трьох взаємозалежних аспектах: «перед-чим страх», «наляканість», «про-що страх» [379, с. 140]. «Перед-чим» страшисться страх – це щоразу якесь внутрішньосвітне суще, страшне в його страхітливості. Це «страшне в його страхітливості» і вказує на предметність страху [379, с. 140]. «Про-що» страшисться страх – це саме людське Dasein, самість. У страхові ми завжди боїмося за себе, за своє буття. Кажучи «страшимося “за іншого”», не обов’язково беремо на себе його страх і боїмося загрозливого йому: це означає, що ми страшимося за своє спів-буття з ним, тобто знову ж таки за себе.

В екзистенціальній аналітиці М. Гайдеггера страх не «самостійний» феномен. Він як «модус розподіленості», фундований у жахові, є одним з основоположень, яке відіграє роль «відмінного» в екзистенціальній аналітиці [379, с. 140–142]. «Основоположення» Dasein – це структурна категорія, що вказує на фундамент налаштованості людського буття, а не на конкретний настрій (наприклад, жах). Крім жаху, М. Гайдеггер досліджував такі основоположення, як стриманість, нудьга, туга тощо. На

відміну від страху, «перед-чим» жах не є якимось внутрішньо-світним сушим. Жах застає саме тоді, коли жахливе підступило «впритул», але залишається невизначеним у своєму «що» і «де». Те, від чого жахається жах, є ніщо із суцього. У жаху людське буття (як буття-у-світі) жахається за свою можливість бути-у-світі. В основонастрої жаху «перед-чим» і «за-що» збігаються, причому не через «самоспрямованість», а через вихідну нерозділеність: «перед-чим і за-що – це вісь буття». Цей момент збігу треба вважати сутнісною рисою не лише жаху, але і будь-якого можливого основонастрою, налаштованості як такої [379, с.114, 141]. Страх відкриває перед екзистенцією її останню можливість – смерть. Якщо для С. К'єркегора Angst – це страх Божий, внутрішня психологічна основа релігійної віри, то для М. Гайдеггера – темний страх перед космічними силами.

У філософській концепції страху німецького філософа, незважаючи на значні відмінності зі С. К'єркегором, можна знайти й деякі ідентичні думки. Відомо, що М. Гайдеггер чітко розрізняв страх і боязнь. Боязнь, на його думку, це переляк, розгубленість, що відчувається при наближенні (що переживається чи уявляється) загрозливого, визначеного сутнісного: людини, тварини, стихійного лиха тощо. Боязнь є неадекватною відповіддю чи призводить людину до стану, який перешкоджає адекватній відповіді кому-небудь або чому-небудь, що, на думку людини, повинно чи може знищити часто її саму або ж усе її існування загалом. Навпаки, страх, якщо він також пов'язаний із виникненням небезпеки, ніколи не висувається визначеною чи визначальною реальністю. Справа не лише в невіданні, але і в тому, що людина, котра відчуває страх, досягає в позитивному відкритті: ніщо «суще» не може бути причиною цього страху. Таким чином, ми позитивно «знаємо» те «ніщо», яке лежить в основі страху. У страхові все суще у світі і сам довколишній світ здаються раптово позбавленими свого значення, стають спустошеними і розвалюються через свою абсолютну нікчемність. Я сам зникаю зі сцени як «я», що сформоване моїми турботами, прагненнями, повсякденними бажаннями. Такий крах усього, що нас оточує, заважає «локалізації» об'єкта» нашого страху.

Загроза виходить звідусіль, і неможливо навіть визначити, наближається вона чи віддаляється. Через те, що зникає будь-яка можливість орієнтації, страх оточує нас почуттям радикального *Unheimlichkeit*. Ми позбавлені будь-якої допомоги, будь-якого захисту. Оскільки всі реальності світу зникли, джерелом страху може бути лише сам світ як такий [87, с. 5].

М. Гайдеггер, як і С. К'єркегор, розмежував страх-жах і звичайну боязнь. Але, на відміну від датського мислителя, зробив це більш рішуче, наділяючи обидва поняття сутнісними ознаками. Боязнь стосується чогось предметно визначеного, наприклад, стихійного лиха, тварини, людини тощо. Людина завжди боїться того чи іншого сущого, яке їй у певному сенсі загрожує. Страх-жах – це не малодушний переляк, а більш глибинний стан, заснований на стурбованості: «У жаху людині стає дуже погано. Не можна сказати, що «робить себе» жахливим» [379, с. 21]. Таким чином, ніщо суще не може бути причиною страху. Там, де є страх, немає місця сум'яттю. Саме в цьому стані індивід намагається вийти з вузького кола повсякденності і замислитися про своє існування до остаточної межі. Такою межею є смерть.

М. Гайдеггер, як і його данський колега, розумів страх як «межовий досвід можливого». Страх-жах приходить з «нізвідки». Із невизначеного «нізвідки» онтологічно означає зі «світу». Страх взагалі не предметний, із ним неможливо мати справу, він неінтенціональний. Він указує на безперервну співвіднесеність людського існування з буттям [191, с. 59].

Дослідниця О. Логінова вважає, що страх у німецького екзистенціаліста розкриває *Dasein* не як звичайне суще, яке просто «є», але як особливе суще, що завжди належить до способу свого буття, яке існує як цілісність, самість. Страх, по-перше, розкриває для *Dasein* за предметним сущим його вихідну онтологічну основу; по-друге, характеризує цілісність самого *Dasein* у його самотності. Але феномен страху тільки вказує на буття *Dasein* як на ціле. Екзистенціально-онтологічну цілісність *Dasein* М. Гайдеггер виразив як «турботу» [191, с. 59].

Подібно до С. К'єркегора, М. Гайдеггер диференціював поняття «страх» і «занепокоєння». Він указував на те, що страх проявляється перед якимсь об'єктом, тоді як той, хто відчуває занепокоєння, переживає загрозу нізвідки. Занепокоєння – це визнання буття світу. Воно переживається, як нездоланне почуття неминучості присутності і повної безглуздості буття, спонукає індивіда до ясного розуміння свого власного існування і, крім того, до роздумів про можливості, які існують для нього в майбутньому. «Для М. Гайдеггера буття – це «буття смерті»: час виходить із майбутнього, а в майбутньому нас очікує смерть. Страх виштовхує людину за межі сущого до Ніщо. Це трансцендування є умовою сприйняття сущого в цілому, умовою осягнення буття. Без висування в Ніщо, без мужнього заглядання в Ніщо у стані страху немає можливості вимагати над сущого, немає можливості повернутися обличчям до буття» [375, с. 69]. Німецький мислитель розвинув ідею екзистенціального страху, висунуту ще С. К'єркегором, до її логічного кінця. М. Гайдеггер зняв невизначеність екзистенціального страху, вказавши при цьому, що його кінцем і розгадкою є смерть. Смерть відбирає надію, але знімає невизначеність і дає останні відповіді на всі запитання, які були і не були задані. Мужній лише той, хто прийняв цю екзистенціальну межу як моральну максимум і керується нею, проживаючи обмежений термін свого життя. М. Гайдеггер вважав, що страх – умова достовірності людського існування, необхідний елемент особистісного самовизначення (як і совість та провина).

Страх необхідний у людському житті, адже лише тоді індивід відчуває себе живим, коли усвідомлює свою скінченність, тимчасовість. Забуваючи про це і позбуваючись таким чином страху, він занурюється у «вульгарний» час – час, у якому немає глибоких людських смислів. Тоді індивід зраджує своїй сутності й уподібнюється тваринам. Страх перед невідомим майбутнім і є фактично відчуттям часу, тобто відчуттям життя. Якщо забрати його в людини, то вона перетвориться на раба рутинних дій, буденних турбот і неосмислених звичок [375, с. 70].

Страх, на думку М. Гайдеггера, – це розкриття тієї екстеріорності, в яку я заглиблений, щоб робити в ній свою кар’єру «існуючого», не бажаючи цього і не маючи можливості зупинити її розвиток. Страх народжується з нашого становища і розкриває нам його. Він є справжнім почуттям початкової ситуації. Таким чином, здійснюється змішування (обставина, характерна для страху) того, що лежить, в основі страху, і того, перед чим відчувається страх: я тремчу за своє існування як буття-у-світі перед фактом свого буття-у-світі. «Страх виникає, спрямованим на буття-у-світі... Страх – це непорушна самотність, він відганяє будь-яку можливість розваги» [87, с. 6].

Теорія страху М. Гайдеггера видається нам дуже близькою до к’єркегорівської. Він, як слушно зауважує Е. Гросман, робить її «більш “світською”». Але навіть ця зміна не єдина, бо гріховна оптація істинності є для К’єркегора небуттям: вибрати самого себе перед лицем Бога означає вибрати ніщо і виявити себе «нічим» [87, с. 6–7]. У німецького мислителя теорія страху, безумовно, набула позитивного звучання. У стані онтологічного страху, за М. Гайдеггером, виражається боязнь індивіда не знайти свого вищого духовного призначення і тих ідеалів, заради яких він зміг би пожертвувати всіма благами і навіть життям. «Тільки в страху людина здатна трансцендентувати, відкривати собі нові можливості, вибирати саму себе. Буттєвий страх і немотивована туга за духовним, що переслідують людину, у результаті можуть вирвати її зі знеособленого світу, привести через усвідомлення своєї смертності до усвідомлення своєї істинної сутності» [191, с. 60].

Солідну розробку феномен страху здобув у працях німецького релігійного філософа і психолога *К. Ясперса*. У «Психології світогляду» (1919) він «сформулював власну філософську позицію, яку дослідники одностайно вважають першим кроком у становленні теоретичних засад екзистенціалізму» [337, с. 183]. Певним чином К. Ясперс, як і М. Гайдеггер, став продовжувачем учення С. К’єркегора, адже на його філософську концепцію данський предтеча екзистенціалізму мав великий вплив. Основними категоріями філософії К. Ясперса є свобода,

комунікація та історичність. Практичне спрямування – основна риса його екзистенціалізму. Екзистенціалізм він вважав «не абстрактно-філософською концепцією, а способом перетворення життя людини й суспільства, як обґрунтування своєрідної екзистенційної утопії, покликаної врятувати гуманістичні цінності людства в бездуховному індустріально-ринковому світі» [191, с. 61].

Філософ відхилив питання про сенс буття як нерозв'язне і зосередив увагу на з'ясуванні способу буття людини та її ставлення до Бога. На його думку, людину потрібно зрозуміти як екзистенцію, котра, на відміну від емпіричного буття, «свідомості взагалі» і «духу», має такий «рівень» людського буття, що не може стати предметом розгляду науки. Екзистенція нерозривно пов'язана з «трансценденцією», з Богом. Вона може поєднуватися («повідомлятися») з іншою екзистенцією, і комунікація, тобто можливість поєднання з іншим індивідом, можливість бути зрозумілим, почутим, і є критерієм, за яким свободу й екзистенцію можна відрізнити від свавілля [191, с. 61].

Характеризуючи духовний світ сучасної людини, К. Ясперс виокремлював у ньому страх перед життям і страх перед «самобуттям»: «Сучасну людину постійно супроводжує такий ніколи раніше не відомий жахливий страх перед життям. Вона боїться втратити своє вітальне буття, яке, будучи під постійною загрозою, перебуває більше ніж коли-небудь у центрі уваги; і зовсім інакше вона боїться за своє самобуття, до якого їй вдається піднятися» [418, с. 327].

Причиною виникнення страху, як вважав німецький мислитель, є «несправжня комунікація», яка характеризує спілкування індивіда в соціокультурному середовищі. К. Ясперс негативно ставився до суспільних форм існування людини, стверджуючи, що соціальне середовище руйнує особистість, а соціальні інституції обмежують її свободу. Несправжня комунікація, на відміну від екзистенціальної, має зовнішній характер і не зачіпає глибини душі. Вона породжує страх, тривогу, неспокій, ненависть, тобто все те, що характерне для суспільного життя.

Концепції екзистенціального страху К. Ясперса близьке до к'єркегорівського. Так само він стверджував, що набуття людиною сутності, свободи, пізнання речей зовнішнього світу виникає в «межових ситуаціях»: у страсі, перед загрозою смерті, у стражданнях, у боротьбі, через відчуття провини, тобто тоді, коли індивід опиняється на межі між буттям і небуттям. У «межовій ситуації» людина звільняється від панівних цінностей, норм, настанов. І це визволення, очищення «Я» дає їй можливість досягнути себе як екзистенцію. Саме екзистенція їй допомагає індивідові зрозуміти ілюзорність його буття, зустрітися з Богом. «Страх, пов'язаний із прагненням до справжнього буття, є основною рисою людини, що прокинулася. Спокій, що виникає із заперечення пекла, недостатній, він повинен виникати з позитивної довіри, із стану душі, яка наслідуює добру волю, що весь час долає страх» [418, с. 461].

Філософ, письменник, педагог *Ж.-П. Сартр* (1905–1980) у своїй творчості керувався тим, що існування людини безглузде й абсурдне. Абсурдність людського буття слід мужньо прийняти. Така позиція французького філософа близька до міркувань стародавніх стоїків. Він відкинув усе те, що може надати сенсу людському існуванню, передусім Бога. «...Навіть якби Бог існував, це нічого б не змінило». Мислитель наголошував на індивідуалістичних позиціях своїх роздумів, підкреслював, що людина сама відповідальна за свої вчинки [310, с. 134].

Тривога завжди супроводжує людину в її рішеннях і вчинках, оскільки вона ніколи не може уникнути почуття повної і глибокої відповідальності за свої дії не лише перед собою, але й перед усім людством. Таке відчуття тривоги є, на думку Ж.-П. Сартра, умовою дії, її частиною, бо передбачає, що розглядається безліч різноманітних можливостей, з яких потрібно вибрати лише одну. «Для кожної людини все проходить так, немовби погляди всього людства звернені до неї і немовби всі узгоджують свої дії з її вчинками. І кожна людина мусить собі сказати: чи дійсно я маю право діяти так, щоб людство брало приклад з моїх вчинків? Якщо ж вона не говорить собі цього, це означає, що вона приховує від себе свою тривогу. Мовиться тут

не про те почуття, яке веде до квієтизму, до бездіяльності. Це – тривога, відома всім, хто брав на себе якусь відповідальність» [310, с. 63].

Ж.-П. Сартр у к'єркегорівському описі страху передусім акцентував увагу на відмінності між страхом і тривогою. Під цим баченням відмінності між страхом і тривогою ховається основа онтологічної інтерпретації страху. Чим же відрізняються страх і тривога? Ж.-П. Сартр, послуговуючись К'єркегоровим прикладом «перебування над безоднею», зауважував, що тривога відрізняється від страху тим, що страх є страхом істот перед світом, а тривога – це тривога перед собою. «Запаморочення є тривогою тією мірою, якою я боюся не зірватися у безодню, а кинутися туди» [400, с. 6]. І мислитель пояснював: «Це ситуація, що викликає страх, оскільки загрожує змінити моє життя зовні; моє ж буття викликає тривогу «тією мірою, якою я не довіряю моїм власним реакціям на цю ситуацію» [400, с. 6].

Французький екзистенціаліст у позиції С. К'єркегора акцентував на суб'єктивності (свободі) ставлення, звертаючи увагу на те, що в небезпечних і загрозових ситуаціях, навіть в одній і тій самій, є місце страху і тривози [400, с. 7]. Взагалі, як зауважив Е. Гросман, теорія Ж.-П. Сартра додала до позицій попередників «мало нового, викладаючи такі самі ідеї, тільки з більшою силою, як це властиво цьому автору» [87, с. 7].

Ж.-П. Сартр зазначав, що навіть атеїстичне крило екзистенціалізму, тобто те, що він сам репрезентував, стурбоване відсутністю Бога, «оскільки разом з богом зникає будь-яка можливість знайти якісь цінності в умоглядному світі» [310, с. 327]. «Якщо немає бога – ми не маємо перед собою жодних моральних цінностей, або приписів, які б виправдали наші вчинки. Таким чином, ні за собою, ні перед собою – у світлому царстві цінностей – у нас немає ні виправдань, ні вибачень. Це і є те, що я виражаю словами: людина засуджена бути вільною. Засуджена, через те що одного разу закинута у світ, відповідає за все, що робить» [310, с. 327].

Із роботи французького мислителя «Екзистенціалізм – це гуманізм» (1946) цілком зрозуміло, що важливою категорією,

яка прояснює сенс поняття страху, є свобода. «Свобода» у Сартра – онтологічна структура людського буття, що виступає як чиста негативна діяльність» [337, с. 112]. Йому належать знамениті фрази: «Людина – це тривога» [310, с. 325] і «Людина – це свобода» [310, с. 327]. Оскільки свобода – невід’ємний елемент свідомості, то людина «приречена» на свободу. Індивід не може не обирати. Свобода, за Ж.-П. Сартром, обертається тотальним відчуженням. Вона може бути обґрунтуванням будь-якого ставлення до світу, через те, що вона – постійний супутник людини. Індивід є заручником свободи. Свобода вимагає «бути іншим», повсякчас обирати, проектувати себе, визначати своє ставлення до світу і відповідати за цей вибір, переживаючи вічний неспокій і страх. Саме в страху людина усвідомлює свою свободу.

Способом буття свободи у Ж.-П. Сартра є туга, яка виступає екзистенційним феноменом. Екзистенційна туга (*rangoisse*) має свої емпіричні вияви – нудоту (*pausea*), страх та ін. Солдат перед боєм боїться смерті – це страх, але коли солдат перед боєм боїться свого страху – це туга [365, с. 326].

Метафізичний екзистенціальний страх у Ж.-П. Сартра інтерпретується «як страх перед самим собою, перед своїми можливостями і свободою. Ці можливості і свобода безмежні, і їх обмеження та виявлення є життєвою проблемою, яку людина мусить вирішувати все своє життя» [375, с. 71].

Основний принцип екзистенціалізму – визнання існування тут-буття як миті між минулим і майбутнім. В обґрунтуванні цього принципу мислитель відзначається великим радикалізмом. «Він також радикальний і в проясненні сенсу феномена страху, бо заперечує будь-яку трансценденцію і Бога, віра в якого могла б допомогти людині знайти вихід у світі страху й абсурду» [191, с. 64].

Другий представник атеїстичного екзистенціалізму – французький письменник і філософ *А. Камю* (1913–1960) зосередив свою увагу на проблемі сенсу людського життя, історії й індивідуальному існуванні. «Погляди Камю, безумовно, виходять далеко за межі власне екзистенціальної філософії. І передусім

тому, що тут нема того крайнього індивідуалізму, який характерний для Гайдеггера і Сартра» [197, с. 679]. Предметом філософських пошуків мислителя виступила приреченість людини і трагізм існування, туга за незатребуваними можливостями і стан відчуження. У центрі його наукової обсервації опинилася проблема сенсу життя. «Вирішити, варте чи не варте життя того, щоб його прожити, – означає, відповісти на фундаментальне питання філософії. Усе решта – чи має світ три виміри, чи керується розум дев'ятьма чи дванадцятьма категоріями – другорядне» [142, с. 24].

У своїх працях філософ спробував проаналізувати причини соціально-політичної кризи, яка охопила ХХ століття і викликала хвилю самогубств. Минуле, вважав А. Камю, було епохою наукових відкриттів, а його сучасність ввійде в історію як епоха страху.

Фундаментальна категорія у творчості мислителя – абсурд. Причому в його концепції поняття абсурду, страху й метафізичного бунту тісно взаємопов'язані. Абсурд – основа буття, стержень мислення і керівництво в рамках людської життєдіяльності. Раціональне пізнання не має сенсу, оскільки у світі панують хаос і випадковість. Свідомість індивіда перетворюється на «нещасну свідомість», бо він усвідомлює безглуздість свого існування. Людині, переконаній у своїй безнадійності, залишається одне – накласти на себе руки. Але самогубство не можна виправдати передусім тим, що воно не скасовує безглуздість буття, а навпаки – тільки стверджує, підтримує її. «Лише позиція абсурду, переконаний А. Камю, дає індивіду істинну свободу і справжню жагу до життя, не обмежену страхом перед майбутнім» [191, с. 66].

Розв'язати проблему абсурду можна лише бунтом проти нього. Сама позиція абсурду штовхає індивіда на бунт. Бунт – це боротьба інтелекту з реальністю, що домінує над ним. Бунт надає ціну самому життю. Людина, котра усвідомила абсурд і не відвернулася від нього, здатна сама надати цінності своєму існуванню, не підкорятися ірраціональності Всесвіту. Безглуздість існування Всесвіту тільки підкреслює, на думку А. Камю,

велич людини, яка має мужність по-людськи жити в цьому світі: «Протестуючи проти незавершеності людських устремлінь, що обумовлена смертю, і проти розрізненості людей, яка пояснюється злом, метафізичний бунт є мотивованою вимогою блаженної єдності, антипода страждань життя і страху смерті» [142, с. 135].

Констатуючи стан раптового неспокою, безпричинної тривоги, по суті, екзистенціального страху, філософ послуговувався терміном «туга». Переживання абсурду починається саме з відчуття душевної порожнечі і туги. «Буває, що звичні декорації руйнуються. Ранок, трамвай, чотири години в конторі чи на заводі, обід, трамвай, чотири години роботи, вечерея, сон; понеділок, вівторок, середа, четвер, п'ятниця, субота, все в тому ж ритмі – ось шлях, по якому легко іти кожен день. Але одного разу постає питання «навіщо?»» [142, с. 29–30].

Туга – результат машинального буденного життя. Сучасна людина, незважаючи на зовнішнє благополуччя свого існування, може раптом втратити сенс життя й інтерес до нього. Вона не хоче більше жити. А. Камю зауважив, що такий феномен характерний саме для сучасної людини. Маючи достатньо розвинуту індивідуальність, порівняно з середньовічною людиною, вона незабаром переживає відчуження, яке в наш час набуло вигляду панування сил над особистістю.

Туга має як позитивні, так і негативні наслідки. Французький мислитель підкреслив, що позитивне значення туги полягає в тому, що вона може розбудити в людині свідомість. «Туга будить її і провокує подальше: або несвідоме повертає у звичну колію, або настає остаточне пробудження. А за пробудженням рано чи пізно настають наслідки: або самогубство, або встановлення ходу життя. Туга сама по собі смертельна, але тут я змушений визнати, що вона приносить благо» [142, с. 30].

За А. Камю, завдяки тузі («тривозі»), заснованій на страхі, забезпечується справжнє сходження до гідного буття. Метафізичний бунт, як наслідок туги і позиції абсурду, – це боротьба людини за свою людську гідність. Цю гідність індивід стверджує тим, що він бореться, а не примиряється зі своїм приниз-

ливим становищем. У бунті, зазначав філософ, проявляється любов і людська солідарність. Цей стан глибоко позитивний, він здатен відкрити в людині все те, за що варто боротися [191, с. 67].

Доля людини в обезбоженому (у термінах Ж.-П. Сартра) світі абсурдна. У реальному житті індивід, зайнятий повсякденними турботами, може і не усвідомлювати цього. І навіть усвідомивши абсурдність буття, він може забути про неї, примиритися. Завдання людини – навчитися жити в умовах абсурду, в умовах принципової безглуздості будь-яких людських починань і моральних орієнтацій. Із можливих у такій ситуації життєвих стратегій особливо перспективною, як здавалося А. Камю, є творчість. Він підкреслював: «Творчість (художня чи філософська) аналізує абсурд і дає людині свободу» [375, с. 72].

Російський релігійний і політичний філософ-екзистенціаліст *М. Бердяєв* (1874–1948) визнавав страх негативним аспектом людського буття. Він наголошував, що страх є «станом тремтливої пропаші тварюки, що тріпоче і перебуває в низинах буття та яку з усіх боків підстерігає небезпека. Страх – це очікування страждань, ударів, поневірянь, наступу ворога, який відбирає блага життя, відбирає і саме життя, чекання, очікування хвороби, бідності, немічності й беззахисності. У переживання страху не входить уявлення про висоту буття, якої б людина хотіла досягти і відірваність від якої її мучить. У переживанні сильного страху людина звичайно забуває про будь-яку висоту і має схильність жити в низинах, лише б вивільнили її від очікуваної небезпеки, поневірянь і страждань. Страх опортуністичний, і в стані сильного страху людина буває на все згодною. Страх є станом, що принижує, а не возвеличує людину» [30, с. 155].

На думку дослідників, *М. Бердяєв* значно перевершив західноєвропейську екзистенціальну філософію за глибиною і патетичним характером свого вчення. Крім того, «філософія *Бердяєва* більш «екзистенціальна» за духом і більш одержима етичним пафосом, ніж учення навіть християнських екзистенціалістів» [185, с. 302]. Мислитель зіставив страх із релігійною свідомістю людини. Він писав: «Релігійне життя людини наповнене стра-

хом, хоча можна було б сказати, що мета релігійного життя є перемога над страхом. Бог спочатку повинен був викликати страх, хоча він і є та блага сила, яка мусить визволити людину від смертельного переляку життям у світі. Лиш повільно проходило у християнській свідомості визволення від страху, від страху диявола і страху пекла, визволення й очищення Бога від страху, що спотворює. Велике духовне завдання, яке стояло перед людиною, є визволення від страху, від забобонів, від терзань дияволом і демонами, від рабського страху перед могутністю і владою... Страх є завжди страх нижчого і злого, і лиш за темрявою свідомості він може уявлятися страхом вищого» [29]. Мислитель наголошував, що соціальна дійсність створює так звану «етику страху», коли страх перетворюється на повсякденну турботу. Ця «пов'язаність із нижчим світом така велика, що найвищий світ починає уявлятися за образом нижчого світу» [29]. Страх, стверджував М. Бердяєв, «викривляє свідомість і перешкоджає пізнанню істини, оскільки індивід боїться, що правда його поранить, боїться страждання у всіх його виявах. Досягнення безстрашності – вищий стан людини, але це здобути, на думку філософа, дуже не просто» [375, с. 70].

Страх, як вважав російський екзистенціаліст, лежить в основі життя цього світу, він править світом. Мислитель розрізняв раціональний та ірраціональний страх. Раціональний страх викликаний зовнішніми чинниками і властивий усьому живому. Він пов'язаний із нижчими станами душі. «І чим досконаліше, чим індивідуалізованіше життя, тим більш воно загрозливіше, тим до більших небезпек воно схильне і тим більша його доля – смерть» [30, с. 286].

Раціональний страх М. Бердяєв розглядав як основу гріховного життя особистості. Цей стан принижує, а не підносить людину. Переживаючи раціональний страх, індивід не може прагнути до піднесеного, він перебуває на самому дні буття, в очікуванні прийдешніх страждань, поневірянь, небезпек, і на все готовий, щоб уникнути їх, вивільнитися від цього важкого стану і власного безсилля перед ним. «Саме в цьому філософ і бачить моральне значення страху, що проявляється не в самому почутті

як переживанні, бо безпосереднє переживання не може бути моральним, а в механізмі його опосередкування» [191, с. 99)].

Моральний учинок – це свідомий, а не автоматичний вибір. Людина, яка здійснює такі вчинки під впливом страху, зовсім не робить моральних оцінок і актів у чистому вигляді. Етика страху виводиться не з духовного джерела, а з соціальної буденності. «Не визначайся у своїх моральних міркуваннях і діях афектом страху, перемагай духовно страх, визначайся чистим прагненням до висоти, до божественного, до чистої любові – це є абсолютний моральний імператив» [30, с. 157].

Аналізуючи феномен страху, М. Бердяєв намагався розглянути різноманітні рівні (модуси) страху: тривогу, нудьгу, тугу, жах тощо. Ірраціональний страх чи страх духовний, тобто пов'язаний із вищими станами життя є, на думку мислителя, містичним жахом, що відчуває людина перед таємницею буття. Містичний жах – це переживання індивідом туги, що досягла своєї вищої межі. Туга завжди беззвітна, причини її появи невідомі. Буденне людське життя, наповнене небезпеками і стражданнями, не може бути причиною містичного жаху, оскільки сумувати можна за світом вищим, ніж той, в якому перебуваєш. «Усілякі небезпеки, що підстерігають людину в буденному житті, навпаки, можуть привести до припинення туги і містичного жаху, оскільки причина туги міститься в іншому світі» [191, с. 100].

Російський екзистенціаліст чітко розмежовував містичний жах і «біблійний страх Божий». Він вважав, що останній вислів вельми не точний і вимагає додаткового тлумачення. Людина не повинна відчувати релігійний страх, страху перед Богом не може бути. М. Бердяєв засуджував релігійну мораль, яка викликає відчуття страху як моральне спонукування, що вселяє людям страх перед Богом, перед страшним судом, пеклом, як найбільш надійну гарантію дотримання її вимог. «Вічне боязливе тремтіння за свою душу знищує образ Божий у людині. Від жаху людина ладна відмовитися від усіх творчих цінностей, аби не загинути. Це особлива, дуже приваблива форма релігійного егоїзму» [33, с. 232].

М. Бердяєв наголошував, що «категорія страху не може бути основною категорією морального і релігійного життя, духовне й моральне життя індивіда не може визначатися страхом перед Богом і перед добром. Людина повинна відчувати тугу за Божою правдою, любов'ю до Бога і до Божого добра, мусить вивільнитися від змішування нижчого страху з вищим станом жаху і туги» [191, с. 101].

Релігійне життя, викривлене страхом, неодноразово використовувалося для підтримки злих і несправедливих порядків у суспільстві, оскільки страх нижчого, підкреслював мислитель, перемішувався зі страхом вищого, «страх диявола із страхом Божим». Проникаючи в самісіньку суть релігійних вірувань, страх спотворював їх. Первісна людина відчувала страх перед невідомими силами природи, перед духами, демонами. Людина, перебуваючи в страху перед магічними силами і шукаючи захисту від них, зверталася до релігії. Істинне призначення релігії – визволити людину від страху. «Відсутність страху є райським станом і настання Царства Божого є остаточною перемогою над страхом, над страхом життя і страхом смерті» [191, с. 101].

Туга і благоговійний жах, які людина відчуває перед Богом, безкорисливі, не означають заклопотаності і страху перед можливими стражданнями в майбутньому, тому можуть мати, на думку М. Бердяєва, суто моральне значення. Страх, породжений буденністю, навпаки, призводить до втрати контролю людини над собою, до вчинків, що суперечать вимогам моральності і оцінюються моральною свідомістю як боягузтво, а відсутність страху, перемога над ним – як мужність, хоробрість, сміливість. Позаяк вияви страху багатоликі, індивід може бути водночас і хоробрим, і боягузом. Страх може охоплювати цілі верстви суспільства, бути стійкою рисою свідомості цілих соціальних груп. Влада, вважав філософ, «за природою своєю користується страхом, а періодичне керування ним призводить до появи терору» [191, с. 101].

Страх мислитель пов'язував із такими негативними емоціями та явищами, як егоїзм, самозакоханість, страждання, вульгарність, фантазми тощо.

Сильними джерелами страху М. Бердяєв вважав егоїзм і самозакоханість. «Виключна турбота про особисте спасіння і страх власної загибелі – потворно егоїстичні. Виняткова зануреність у кризу особистої творчості і страх власного безсилля – потворно самозакохані» [33, с. 255]. Страх і страждання завжди взаємопов'язані, оскільки страх переживається як страждання, страх – боязнь страждання. Обидва породжені нижчим світом. Проте страждання, на відміну від страху, можуть бути наслідком устремління людини вгору, до висот буття. У цьому разі страждання є проявом страху-туги, містичного жаху.

Вульгарність набагато нижча і гірша від страху. Вона – «один із кінців у людській долі». Вульгарність, зазначав мислитель, – це повна задоволеність, достаток, втрата оригінальності, остаточної відрив від глибини, від ядра буття. Вона з'являється тоді, коли зникає страх. Коли є вульгарність, немає навіть і згадки про страх, про священний містичний жах. Лікування від неї «можливе через страх, трудність, турботу, соціальну буденність з її стражданнями і небезпеками» [191, с. 103].

Однією з форм прояву звичайного чи нижчого страху є фантазми, які не можна змішувати з фантазіями, оскільки фантазія, або уява має позитивне значення. Фантазми ж, навпаки, «руйнують внутрішню цілісність і гармонію, позбавляють людину духовної сили, роблять її антиреалістом». Творча фантазія бере свій початок із духовного джерела, спрямовує індивіда вгору, до вершин буття. Фантазми спотворюють реальність і ведуть до небуття. Страх хвороб, недовіра, страх перед минулим чи помстою, страх за своє чи чуже життя, страх втратити розум – усі ці форми нижчого або звичайного страху породжують фантазмагоричний світ. Людина, яка відчуває страх смерті, у всьому починає бачити її прояви, перестає жити повноцінним життям, відчувати позитивні емоції, бо передвісники смерті вбачаються їй усюди. Індивід, який переживає страх перед якоюсь хворобою, дійсно занедужає. «Страх хвороб сам стає хворобою і починає всюди бачити неіснуючу небезпеку зарази, заселяє світ бацилами, які з усіх боків атакують людину, паралізує можливість здорового сприйняття свого тіла і нормального ставлення до нього» [30, с. 164].

Фантазми, як вважав М. Бердяєв, можуть бути створені рев-нощами, заздрощами, марнославством, лицемірством тощо. В основі всіх цих почуттів філософ бачив різноманітні форми страху, що походять із буденності. «Фантазми не можуть сприя-ти їх зникненню, навпаки, вони посилюють людські муки. У фантасмагоричному світі і смерть, і біль, і страждання стають ще страшнішими» [191, с. 103].

У вченні М. Бердяєва людина, особистість існує на перетині двох світів – духовного і соціального. За допомогою усвідом-лення своєї комюнитарності, через відношення до «ми», осо-бистість інкорпорована в суспільство і покликана до суспіль-ного життя. Але у взаємодії особистості й суспільства прихо-вуються причини появи страху.

Осмислення страху у філософії російського екзистенціаліста у сфері відношення «людина – суспільство» перегукується з іншою філософською проблемою – проблемою відчуження. Від-чуженню М. Бердяєв надавав глибинного, екзистенційного зна-чення. На його думку, воно закорінене у свідомості людини і впливає на всі сфери її життєдіяльності. Причина відчуження – трагічний конфлікт особистості й суспільства. У «пропащому» об'єктивованому світі суспільство перетворюється на соціальну буденність і проявляє себе як ворожа особистості сила. Особис-тість, яка бере свої сили із власного духовного досвіду, веде постійну боротьбу за самовизначення у суспільстві, яке її тира-нічно обмежує. «Реалізація особистості вимагає безстрашності, перемоги над страхом життя і смерті, який породжений утиліта-ризмом, пошуком благополуччя і позбавлення від болю, замість свободи і досконалості» [32, с. 480]. Відповідно, наслідком тако-го відчуження індивіда від суспільства є переживання ним гострого відчуття страху і туги за іншими світами, які з'явля-ються індивіду в його снах, містичних прозріннях і творчих інтуїціях [191, с. 104].

З відчуженням людини М. Бердяєв пов'язує державу, еко-номіку, техніку та ін. форми об'єктивного світу, адже вони праг-нуть перетворити людину на бездуховний об'єкт. Розв'язання цієї проблеми можливе з позицій християнського персоналізму

лише в межах філософії духу. «Вихідним принципом християнського персоналізму, зазначає філософ, є визнання цінності особистості як духовної істоти і духовної єдності людей на ґрунті любові і служіння Богу. Але незважаючи на виконання цих умов антиномія особистості й суспільства не може бути повністю подолана. Антиномію в цьому світі вирішити неможливо. Вирішення конфлікту, гадає мислитель, можливе лише в іншому світі» [191, с. 105].

Згодимося зі слухним спостереженням філософа, що «страх із давніх часів є основний людський афект, він рухає історією» [31, с. 313]. Основною темою всесвітньої історії М. Бердяєв вважав долю людини, яка перебувала у взаємодії людського духу і природи. Але всередині історичного процесу не втілювався жоден людський задум, усе повернулось повною невдачею, тому попереду нас чекає кінець історії. «Бердяєвська історіографія доволі песимістична, носить катастрофічний характер. Про його історіографію можна впевнено говорити, як про історіографію страху» [191, с. 105].

Проблема історичного в цього філософа нерозривно пов'язана з питанням про природу і специфіку часу, про співвідношення понять «час», «кінець», «вічність». На перше місце він висунув страх людства перед майбутнім. Протистояти цьому страху може лише сила творчості. «Обидва поняття – «час» і «кінець» – важливі для історіософії М. О. Бердяєва. Кажучи про них, він розмірковує есхатологічно: якщо все існуюче скінченне, то творчість долає скінченне, виходить за його межі; інакше множить дурна нескінченність скінченного існування» [191, с. 105]. Творчість має в ідеалі вічність і долає смертоносний потік швидкоплинного часу, розірваного на минуле, сьогодення і майбутнє [116, с. 42].

Страх перед майбутнім досягає максимальної гостроти в страху смерті. У працях М. Бердяєва розгляд страху смерті спрямовано на його аналіз у свідомості окремого індивіда як частинки світу в його історичному розвитку. «Апокаліпсис особистий і Апокаліпсис світовий викриває невиконання вічної правди життя і завжди є торжество вічної правди в темряві, у темній

стихії гріха. Смерть особиста і смерть світова, як і смерть націй і цивілізацій, як і смерть історичних форм держави, суспільства і побутового устрою, означає катастрофічне нагадування сенсу і правди про те, що вони не виконані і спотворені» [30, с. 226].

Подолання смерті, смерті людини у світі можливе не шляхом її забуття, а шляхом розуміння її внутрішнього духу. У смерті, вважав філософ, міститься й позитивне значення. Вона надає сенс нашому існуванню. «Сенс смерті полягає в тому, що в часі не можлива вічність, що відсутність кінця в часі є нісенітницею» [30, с. 217].

Страх загибелі, усе егоїстичне й самозакохане, що є в людині, наголошував мислитель, може перемогти її творча активність. Людина створена Богом як істота геніальна і тому повинна розкрити в себе геніальність своєю творчою діяльністю. Шлях творчості жертковий і стражденний, але «творчий акт завжди є визволення і здолання. У ньому є переживання сили. Виявлення свого творчого акту не є криком болю, пасивного страждання, не є ліричним виявленням. Жак, біль, розслаблення, загибель повинні бути подоланими творчістю» [33, с. 18].

Почуття страху однаково властиве як індивідуальному життю, так і соціальному. Віра, почуття справжньої любові людини до Бога, сила творчості, згідно з М. Бердяєвим, перемагають трагізм буття і позбавляють страху.

Далі перейдемо до аналізу феномена страху та його природи (як однієї з провідних тем) у *психоаналітичній філософії*. Розуміння природи страху сприяє адекватнішому тлумаченню процесів інтеграції та дезінтеграції особистості людини. Принагідно зауважимо, що прізвисько засновника психоаналізу – австрійського психолога й невролога *З. Фрейда* більшість українських науковців, письменників, митців початку ХХ століття вимовляла більш м'яко, на слов'янський зразок, саме Фрейд, а не Фройд, як, скажімо, німці чи австрійці. Цю традицію, на думку відомої дослідниці Л. Левчук, «слід зберегти й сьогодні, враховуючи ще й генетичний зв'язок родини Фрейдів зі слов'янським регіоном» [186, с. 247]

У своїй лекції «Страх» учений говорив про невротичний і реальний страх. Не потрібно, на його думку, вживати слова «нервовий» і «боязливий» одне замість іншого, бо вони не означають одне й те саме. «Є боязливі люди, але зовсім не нервові, і є нервові, що страждають на багато симптомів, в яких немає схильності до страху» [371, с. 131]. Прикметно, що З. Фрейд називав однією з причин страху початок нової справи. Цю тезу психіатр аргументував прикладом із власного досвіду, згадуючи свій стан під час відкриття «у центрі Відня власної клініки» [123, с. 10] після повернення зі стажування у знаменитого французького лікаря Ж. Шарко.

Про страх можна розмірковувати, взагалі не згадуючи нервовості. Таким чином, на противагу невротичному страху З. Фрейд увів поняття «реальний страх», зауважуючи при цьому, що реальний страх є для нас чимось раціональним і зрозумілим. Це – «реакція на сприйняття зовнішньої небезпеки, тобто очікуваного пошкодження, пов'язаного з рефлексом втечі, і його (страх – *прим. М. М.*) можна розглядати як вираження інстинкту самозбереження» [371, с. 132]. При «реальному» (зовнішньому), раціональному страху увага людини спрямована на об'єкт. Цей страх природний, розумний і виконує цінну функцію. Такий страх сам З. Фрейд і його послідовники вважали об'єктивною тривогою. Це прояв «інстинкту самозбереження», що відіграє важливу роль, бо захищає людину від зіткнення з несподіваною загрозою, до якої вона не готова.

В означеній лекції яскраво виділяється протилежний зовнішньому страху – ірраціональний страх. Цей різновид має глибинні основи, він належить до стану людини й ігнорує сам об'єкт. Як тільки об'єктивний страх (об'єктивна тривога) виходить за межі первинного спонукання, що змушує досліджувати небезпеку і готує індивіда до втечі, він стає не продуктивним і паралізує дію. Для цього страху характерні відчуття розпливчатості та невизначеності. Він – реакція на небезпеку, яка загрожує «самій серцевині чи сутності» людини. Те, в яких випадках індивід переживає тривогу, вважав З. Фрейд, щодо яких об'єктів і в яких ситуаціях, – без сумніву, залежить від інтелекту людини

і відчуття своєї сили відносно до зовнішнього світу. Ірраціональний страх мислитель визнавав ядром людської совісті; індивід відчуває страх перед внутрішньою моральною інстанцією. У його душі тісняться заборонені культурою бажання, тому він переживає почуття постійної провини і страх перед громадською думкою. Страх символічно забороняє нереалізовані, але бажані дії [372, с. 69].

Слід зазначити, що, аналізуючи проблему страху, учений виділив три поняття: «страх» (Angst), «боязнь» (Furcht), «переляк» (Schreck). Страх стосується до стану і не виражає уваги до об'єкта; боязнь указує на об'єкт; переляк має особливий сенс, а саме підкреслює дію небезпеки, коли не було готовності до страху [372, с. 33]. Кожна людина, згідно З. Фрейдом, має велику кількість різноманітних страхів, забобонів, комплексів, «які часом виражаються в нешкідливих дивацтвах, а часом носять антисоціальний характер» [364, с. 113]. Аналізуючи страх і подібні до нього несвідомі глибинні переживання пацієнтів, учений доходив невтішного висновку: страх часто стає причиною неврозів.

Послідовники засновника психоаналізу продовжували розглядати проблематику страху, спираючись на його вчення, але вносили в неї певні зміни. На думку відомого австрійського психоаналітика *О. Ранка* (1884–1939), автора книги «Травма народження та її значення для психоаналізу» (1924) [289], вигнання плоду з материнського лона є «основною травмою», що визначає розвиток неврозів, і кожна людина підсвідомо прагне повернутися в материнське лоно (З. Фрейд не поділяв цієї точки зору). Ця «травма», яка загрожує індивіду знищенням, смертю стає прообразом усіх майбутніх страхів.

О. Ранк зосередився на переживаннях дитини (немовляти), яка вирвана з приймних і природних відчуттів блаженного тепла, захищеності, повного задоволення і комфорту. Опинитися поза материнською утробою – це, на його думку, найсильніший шок, який переживає людина впродовж усього життя. Решта страждань будуються за образом і подобою родової травми, що створює резервуар первісної тривоги, окремі порції якої

вивільняються надалі в неприємних чи загрозливих ситуаціях [140, с. 114].

Особливо сильне переживання тривоги створюють схожі епізоди – розрив із значимим (любим) об'єктом, втрата поваги, тілесна травма, будь-яка емоційна втрата – усе нагадує людині відчуття безпорадності, ворожості і страху, яке було пережито вперше під час народження [140, с. 114].

Люди приходять у цей світ зі страхом, і він (внутрішній страх) існує незалежно від зовнішніх загроз, сексуальної чи іншої природи. При цьому О. Ранк указував на подвійний страх – 1) страх появи на світ (страх життя, народження) і 2) страх повернення назад, у материнське лоно (страх смерті). Перший страх пов'язаний із тенденцією до індивідуалізації, незалежності, а другий – із залежністю, злиттям. Тому головним завданням психотерапії є допомога індивідові заново пережити «травму народження» і подолати тривогу, що пов'язана з відділенням від матері, адже в материнському лоні було так комфортно [210, с. 283].

У процесі свого розвитку особистість навчається витримувати такий страх. Маленькі діти цього не вміють – вони уявляють собі остаточну втрату (смерть) як від'їзд чи відхід, намагаються пояснити розрив за допомогою захисної раціоналізації («він був поганий, і його мама кинула, а я хороший і слухняний»). «У дорослих рано чи пізно формуються ефективні механізми боротьби з тривогою втрати, але майже будь-яка ситуація відповідного типу реактивує первинну тривогу, відроджуючи як велике ірраціональне переживання безпорадності і страху, так і сильне несвідоме прагнення повернутися в безпечне і затишне материнське лоно» [140, с. 114]. Слід зазначити, що проблеми, пов'язані з пологовою травмою, мають особливу специфіку в недоношених і тих, хто з'явився на світ у результаті кесаревого розтину. Зазвичай вірять, що «недоношеність чи тяжкі пологи посилюють соматичні проблеми, медики також вважають цей факт надзвичайно важливим для анамнезу при дитячих захворюваннях. У той самий час люди схильні приписувати особливу хоробрість і мужність, хто народився завдяки кесаревому розтину» [140, с. 115].

Один із найталановитіших неофрейдистів *Е. Фромм* говорив, що людина, – це єдина істота, якій визначено бути частиною природи і водночас – виділеною з неї [229, с. 204]. Людина – мандрівник у цьому світі, вона самотня, відділена й охоплена страхом. У цього мислителя (як і в багатьох відомих екзистенціалістів) феномен страху пов'язаний зі свободою. Основна причина людського страху – свобода, якою наділений кожен індивід. На його думку, у біблійному міфі про вигнання з раю відображений фундаментальний зв'язок між людиною і свободою, позаяк цей міф співвідносить початок історії людини з актом вибору. При цьому *Е. Фромм* особливу увагу звертає на гріховність першого акту свободи і ті страждання, які за ним почалися [376]. Страх як певний психологічний механізм витіснення у сферу несвідомого індивідуальні характеристики особистості, які суперечать панівним у даному суспільстві культурним і соціальним нормам. Таким чином, зазначав учений, у суспільстві формуються певні соціальні типи особистості, схожість соціально-прийнятних рис яких полегшує взаєморозуміння і спільну діяльність. У соціальному середовищі яскраво виділяється негативна функція такого страху, що «виражається в масовізації індивіда, пригніченні його значущих особистісних якостей» [191, с. 70].

Американський психоаналітик, засновник інтерперсонального психоаналізу *Г. С. Салліван* (1892–1949) виокремив поняття «страх» і «тривога». Джерелом страху він вважав можливу депривацію потреб людини, а джерелом тривоги – близьку та значиму особу. Учений розглядав людину як гомеостатичну систему, яка діє за принципом напруга-задоволення. Особистість прагне до максимізації задоволення і мінімізації небезпеки. Загроза біологічному існуванню викликає страх, загроза безпеці людини пов'язана з почуттям тривоги.

Г. С. Салліван зазначав, що спочатку дитина розділяє світ на стан страху та його відсутність, а не на світло і темряву, тата й маму. Відповідно до цих переживань вона формує відчуття: «гарна мама» (стан відсутності страху) і «погана мама» (стан страху). Отож тривожна мати персоніфікується як «погана», бо

постійно провокує тривогу доньки чи сина [306, с. 59]. Саме у зв'язку з емпатичною тенденцією між дитиною і матір'ю тривога й напруга матері викликає такий самий стан і в дитини.

Американська дослідниця в царині психології, психіатрії та психоаналізу *К. Хорні* (1885–1952) у своїх працях [388] показувала взаємозв'язок страху з життєво важливими для людини цінностями, надавала важливого значення взаємному впливу цього феномена і ненависті, а також досліджувала страх як аспект культури. Вона доводила, що страх формується культурою. Кожна культура, на думку цієї послідовниці фрейдизму, породжує свої страхи, а також пропонує свої оригінальні засоби захисту від них. Думавши про проблему страху, вважала *К. Хорні*, ми завжди маємо шукати відповідь на питання, яка життєво важлива цінність перебуває під загрозою. Якщо безпека людини залежить від її скромності й непомітності, тривогу викличе ситуація, у якій їй потрібно «вийти на сцену». У людини, якій властива залежність від інших, напад страху виникає тоді, коли її можуть покинути. Тобто, виявляючи «базові» страхи людини, можна визначити коло найзначніших для неї життєвих цінностей. Серед численних факторів, які викликають страх, на першому місці у *К. Хорні* розташовується ненависть. «Ворожість індивід відчуває до тих людей і до тих переживань, що загрожують йому і викликають почуття немічності та страху. Ненависть, у свою чергу, може породжувати страх своїми агресивними імпульсами» [191, с. 70]. Ця дослідниця відрізняє страх від тривоги. Вона вважає страх реакцією на конкретну загрозу, а от для тривоги властиве відчуття невизначеності, розпливчастості та безпорадності перед небезпекою.

2.5. Страх в українській духовно-культурній традиції

Страх своєрідно осмислюється і в українській духовно-культурній традиції. Проаналізуємо буття страху в киеворуський період, розглянемо інтерпретацію означеного феномена найвидатнішим вітчизняним філософом *Г. Сковородою* (XVIII ст.) і геніальним прозаїком *М. Гоголем* (XIX ст.) та з'ясуємо став-

лення до нього в житті і творчості українських шістдесятників (XX ст.).

Почнемо з рефлексії екзистенціалу страху в соціальному середовищі Київської Русі.

Як і чого боялися русичі? Із численної кількості страхів людини Княжої доби виділимо такі: страх перед силами природи, боязнь смерті, страх нечистої сили (демонологія дохристиянського періоду), страх перед ритуальною нечистотою, страх за душу, страх Божий, страх втратити владу [223, с. 164].

Відомо, що спочатку Русь була язичницькою, а потім, за князювання Володимира, у 988 р. вона прийняла християнство (хоча народ, на відміну від керівної верхівки, не поспішав розлучатися з укоріненими язичницькими звичками [86, с. 40]) і ввійшла в лоно висококультурних країн (за християнськими мірками), з якими рахувався освічений світ і передусім Візантія, від якої в новонавернену державу і прийшло православ'я. У «Повісті минулих літ» розповідається про історію прийняття християнства на Русі (на нашу думку, автор «Повісті» Нестор-літописець надмірно уславлює Володимира-хрестителя, але, напевно, на це в нього були свої причини). Спочатку князеві були запропоновані магометанська (іслам), католицька, юдейська віри, але присланий візантійцями філософ виголосив руському правителеві палку, тривалу і переконливу промову на користь православ'я (даний фрагмент із «Повісті временних літ» умовно називають «Промовою філософа»), яка справила визначальний вплив на можновладного слухача. «Промова філософа» являє собою «характерний для середньовічної учительної літератури твір – «сократичний діалог», бесіду між правителем-язичником, який шукає для себе і для свого народу істинну віру, і проповідником-християнином, що переконливо доказує користь і правоту проповідуваної ним ідеології» [86, с. 47]. Учені справедливо зазначають, що у згадуваному вище літописі є немало літературних епізодів, але ця розповідь досі розглядається як «основне джерело наших знань про події хрещення Русі» [139, с. 250]. Чимало дослідників давньоруської культури (Л. Силенко, В. Шаян, П. Кононенко та ін.), на думку С. Хрипка,

небезпідставно вважають прийняття християнства в Київській Русі як «духовну революцію зверху», де значну роль відіграв князь Володимир, застосувавши при заміні язичництва монотейстичним християнством владні чинники. С. Хрипко припускає, що «духовно-етичний і освітньо-світоглядний аспект зміни вірувань характеризувався не корекцією, а руйнацією старого заради нового. Порушивши органічність автохтонного стилю світобачення (етноментальності), примусова християнізація витворила в українській свідомості «ряд світоглядних деформацій», на майбутнє: беззастережне прийняття чужих «схем і тлумачень минувшини нашої», байдужість до національних цінностей, ворожість до національної тематики (колаборантську психологію) або гіпертрофовану її міфологізацію, акцентуацію чужих освітніх пріоритетів, актуалізацію маргінальних тенденцій тощо» [389, с. 45].

Деякі науковці стверджують, що язичництво пригнічувало людську душу, виховувало *страх перед силами природи* (які в руському політеїзмі вважались божественними). Християнство ж, навпаки, звільнило людину від цього страху. Відомий російський філолог, мистецтвознавець Д. Лихачов (1906–1999) писав: «Страх перед стихійними силами природи, типовий для язичництва, в основному, пройшов. З'явилося усвідомлення того, що природа дружна людині, що вона служить їй» [190, с. 7]. У русичів-язичників життя залежало від волі багатьох богів. Смерть не була предметом їхньої уваги і бажань: наші предки боялися її. Тут слід згадати ставлення живих до небіжчиків: 1) померлих природною смертю («чистих» покійників) та 2) померлих неприємною смертю («нечистих» покійників). Перших називали «батьками» і шанували, других – мертвяками, яких боялись. Шанування «батьків» – це справжній сімейний культ предків. Забобонна ж боязнь «нечистих» покійників, на думку В. Полікарпова, «була породжена або страхом перед цими людьми при їх житті (чаклуни), або незвичністю причини їх смерті» [273, с. 138].

Нерідко політеїстичні уявлення (язичництво) називають енергією життєлюбства, сонця та оптимізму. А от християнство,

як вважає М. Бердяєв, «зачарувало світ «красою» смерті» [91, с. 3]. Життя у християн – лише дрібний епізод у нескінченному плині часу. Цікаву думку про фанатизм перших християн висловив давньогрецький письменник, сатирик, вільнодумець періоду занепаду античного світу Лукіан (бл. 120 або бл. 125–бл. 192): «Ці нещасні упевнили себе, що вони зробляться безсмертними і будуть жити вічно; внаслідок цього християни зневажають смерть, а багато хто навіть шукає її» [91, с. 3]. Інший критик раннього християнства, урахувуючи його аскетизм і пуризм, виносив нищівний вирок: «Ви, отже, відмовляєтесь від наших богів і водночас боїтеся їх... Нещасні, ви й тут не живете, і там не воскреснете» [91, с. 3].

Для викорінення язичництва в Русі використовували не лише так званий урядовий терор, а й метод церковної ідеологічної дискредитації. Відбувалася поступова, тривала боротьба «різних релігійних систем, у даному випадку язичницької та християнської» [356, с. 8]. Це зафіксовано в понятті «релігійний дуалізм у культурі Київської Русі». Процес підриву руського політеїзму розпочала правляча верхівка на чолі з князем. Дослідник А. Пономарьов зазначає, що для свого утвердження християнська релігія «спростовувала язичницькі уявлення й вірування, оголосивши їх «диявольським», «нечистим», «проклятим» світом, а християнський світ – священним. Відповідно ставилася вона і до язичницьких богів, вважаючи їх «нечистою силою», до демонів та язичницько-магічних обрядів і свят, називаючи їх «бісівськими ігрищами» [356, с. 8].

Відомо, що на християнство в Русі чекала досить розвинена *язичницька демонологія*, так звана «нижча» міфологія – «уявлення про духів, чаклунів, відьом, «божих людей», водяних та ін.» [356, с. 8–9]. Але була й «вища» міфологія – «(вірування у головних богів) дохристиянського світу, яка виявилася менш сталою. У народній свідомості збереглося лише розмите уявлення про колись головних богів дніпровських слов'ян: Перуна, Даждбога, Стрибога, Хорса, Волоса» [356, с. 9]. У демонологію християнство внесло нові назви: чорт став уособленням злої

надприродної сили, синонімом християнського диявола, сатани, а слово «біс» використовувалося для називання злого духу.

Саме слово «бог» є споконвічно слов'янським, спільним для всіх слов'янських мов. «Основне значення цього слова, як засвідчують дані лінгвістики, – щастя, удача» [146, с. 140]. Дещо пізніше християнство змінило сам погляд на демонологію: надприродну силу воно остаточно обернуло на *силу злу, нечисту*. Ця сила могла спричиняти великий дискомфорт у житті людей, тому її *боялися* і ставилися належним чином. «Християнство принесло багато нових способів боротьби з цими малими божками, що стали зватися головно бісами... Уся сила зла не може зносити Хреста чи Хресного Знамення, – він охорона від бісів. Воду можна пити, тільки перехрестившись або перехрестивши її, тоді вона буде поживною, а зла сила (біс) не вскочить ротом у людину. Кладучися спати, вночі, треба помолитися, перехрестити всі вікна, двері й усі подушки, – нечиста сила напевне не влізе» [128, с. 123].

У культурі Давньої Русі привертає до себе увагу *страх перед ритуальною нечистотою*, яка розглядається майже виключно у фізичному і фізіологічному сенсі. Джерело нечистоти – людське тіло з усіма його органічними функціями, нечистотами є всі виділення тіла, за винятком хіба що сліз. Їжа і статеве життя – головні супутники ритуального гріха. Акценти робляться на тому чи іншому різновиді їжі, а не її кількості, а це означає, що первинне аскетичне значення посту витісняється обрядовими табу. Особливою проблемою совісті (іноді трагічною на Русі) було питання про спільну трапезу з язичниками, євреями і навіть із західними християнами. Так починається певний процес, кульмінація якого припадає на Московський період, – аж до повного розриву особистого спілкування з іноземцями. У Київській Русі не було ні політичних, ні психологічних причин для такої національної замкнутості, країна була далека і від релігійного фанатизму. Але «дискримінація за трапезою вже існувала, і націоналістична ізоляція поступово розвивалася саме звідси. Її джерелом була не богословська догматична антипатія,

а, швидше, фізіологічна, сублімована у сферу обряду і сакральних заборон» [424, с. 132].

Навіть чесне подружнє життя, освячене церквою, було приводом для постійних ритуальних страхів. Церковна совість роздвоювалася між біблійним визнанням святості шлюбу і недовірою до кожного акту сексуального життя, навіть шлюбного, як джерела гріха. Однак слово «нечистота» у даному разі пасує більше, ніж «гріх». Форми шлюбної поведінки регламентувалися канонами і регулювалися так само жорстко, як і їжа. «Коїтус заборонявся не тільки й не стільки в дні посту, скільки у святкові дні. Звідси й виходить, що вихідний мотив – не аскетичне утримання, а ритуальна чистота, вважалося, що дитина, яку зачали в заборонені дні – п'ятницю, суботу, неділю, стане злодієм, розбійником чи блудником. У Давній Русі освічений архієрей міг вважати це забобонним перебільшенням» [424, с. 132].

Надалі подібні приписи стали загальним повір'ям руського народу. «Священику заборонялося служити обідню вранці після коїтусу (пом'якшена паралель до римського целібату). Хоча домонгольська церква (на відміну від московської) підкреслювала святість шлюбу, двозначне ставлення до статі було надзвичайно глибоко вкорінене у християнському минулому. Один бік цього ставлення, негативний, здобув розвитку в Україні. З руських канонічних документів можна зробити висновок, що переконання в неповноцінності жінки поступово розвивалося на Русі більше з ідеї ритуальної нечистоти, ніж з уявлення про її моральну нестійкість» [424, с. 133].

У зв'язку з означеною нами тематикою згадаємо суто руський феномен непротивлення злу насиллям (він виник саме в православному християнстві Київської Русі. Порівняння з життями західних середньовічних святих переконує: акт непротивлення – руська риса, справжнє релігійне відкриття новонавернених православних християн. Образ лагідного Спасителя, що страждає, увійшов у серця наших предків як святая святих), де також важливе значення має почуття страху. Тут відразу формуються дві грандіозні постаті непротивленців – князі Борис і Гліб, які стануть першими святими землі руської, їх канонізує

православна церква [315]. «Цих двох синів, наймолодших, Володимир і вирізняв, і любив. Вони народилися від останньої дружини Володимира (Анни – прим. М. М.), дочки константинопольського базилевса» [413, с. 3]. Старший із братів, Борис, дізнався про підлий намір Святополка і готувався до смерті. Думаючи про те, що скоро йому доведеться померти, князь переживав почуття страху. Але відомо, що князь був глибоко віруючою людиною. Страх віруючої людини відрізняється від страху безвірника – це *страх за душу*. Страх Бориса, як це видно із «Житія Бориса і Гліба», замінюється божественними втіхами: «Хто загубить душу свою заради мене і мого вчення, той знайде і збереже її в житті вічному» [315]. Князь звертався до Бога з проханням: «Не відкидай, Господи, милостивий, мене, я уповаю на тебе, але спаси душу мою» [189, с. 1]. А молодший брат Бориса, Гліб, навіть не підозрював, навіщо Святополк викликав його до Києва (знаючи вже про смерть батька і загибель брата). Він хотів якнайшвидше зустрітися з Борисом хоч на небесах, якщо вже немає такої можливості на землі. Гліб не вірив у розправу над ним. Безпосередньо перед самою смертю молодий князь бачив свою долю, але дозволив себе вбити; як дитина, в останній момент свого життя він попросив убивць про пощаду: «Не чіпайте мене, не чіпайте мене!» [189, с. 1].

Страх втратити владу був вельми поширеним у князівському середовищі. Тут важливо згадати відчайдушні спроби врятувати цілісність Київської Русі Володимиром Мономахом. Не тільки сила традицій стала причиною загибелі держави. «Страх втратити владу примушував князів скрупульозно турбуватися про пряме продовження династичного князювання. В хроніці польський історик XV ст. Ян Длугош прямо говорить про династичну спадковість, яка загубила Русь» [413, с. 3]. Зауважимо, що яскравим утіленням християнського виховного ідеалу серед князів був саме Володимир Мономах, який поєднував у собі високі моральні чесноти і політичну культуру. Він об'єднував у своїй особі «глибоку віру й надію на Боже провидіння, мужність лева і християнську лагідність, політичну і життєву мудрість, високу для того часу освіченість з смиренням, глибо-

кий патріотизм, надзвичайну хоробрість у боротьбі з ворогами і доброзичливе ставлення до чужинців, що не шкодили Україні, величність князя і відсутність всякої пихи, велику гостинність і християнське милосердя до бідних, старших, хворих і сиріт. Своєю мужністю і високим духовним аристократизмом Володимир Мономах нагадує Святослава Завойовника» [330].

Славетний можновладець усвідомлював, що велике значення в державі мають відігравати освіта і навчання: «Що знаєте корисного, не забувайте, а чого не знаєте, тому навчайтесь – як батько мій, хоч і залишався дома у своїй країні, вивчив п'ять [іноземних] мов». Володимир сам був добре освіченою людиною і захоплювався читанням. Як і в багатьох його сучасників, улюбленими релігійними книгами в нього були Псалтир і Старий Завіт [330].

У «Повчанні князя Володимира Мономаха дітям», яке є своєрідним кодексом, зведенням правил морального виховання руського Середньовіччя, виокремлено «два стовпи християнства – *страх Божий* і любов до ближнього, головним проявом якої є співчуття» [330]. У своєму творі автор закликав: «Передусім для Бога й душі своєї страх Божий майте» [205, с. 51]. Але страх Божий, про який мислили письменники княжих часів, – це не рабський страх, а благоговіння перед всемогутністю і Величчю Божою. Він поєднується з надією на милосердя Господа й вірою в Його Провидіння. Письменники Київської Русі часто підкреслювали, що будь-яке нещастя залежить від самої людини, що це кара за наші гріхи і, коли ми каємось, ця кара минає.

Відомо, що в культурі Київської Русі страх Божий був безпосереднім атрибутом у вихованні молодого покоління. Головним суб'єктом виховання і навчання була сім'я. «Батьки повинні були виховувати дітей у суворості і «страху Божому». Діти з ранніх років брали участь в церковних обрядах. Педагогічні зусилля спрямовувалися на моральне і духовне вдосконалення людини» [146, с. 37]. Виховання здійснювалося з раннього дитинства відповідно до традицій, що склалися в кожному стані.

Юрій та Юлія Мізун, на відміну від багатьох дослідників християнської культури Княжої доби, вважають, що «страх

Божий є реакційною ідеєю» [204, с. 15], яка прийшла на Русь із Східної Римської імперії (тобто з Візантії), але «основна ідеологія перших християнських громад у Києві відповідала ідеям Кирила і Мефодія, тобто була близька до вчення Ісуса Христа. Тут не було місця страху Божому, не було поневолення ближнього, не було надзвичайно принизливого становища жінки в суспільстві» [204, с. 15]. Дещо пізніше змінився вектор руського православ'я «від учення Христа, демократії (що відповідала слов'янській традиції) і шанобливого ставлення до сім'ї та жінки до вчення про страх Божий, що замінив любов на страх, допомогу ближнім на їх поневолення, милосердя на фізичне знищення. Цей «момент» заміни одного на інше завершився в XIII–XIV століттях. У цей час на Русі повною мірою установилася візантійська інтерпретація християнства, помножена на руське беззаконня» [204, с. 15].

Церква і князі діяли за допомогою меча і слова. Слово мало «опорочити язичницьку віру і мораль (брехня використовувалася досить широко) і возвеличували нову мораль, в основі якої був страх, який називали страхом Божим» [204, с. 15].

Досить суттєву роль у культурі Давньої Русі відігравав Києво-Печерський монастир, заснований у XI сторіччі Антонієм Печерським. При ігумені Феодосіїві ця обитель перетворилася, на думку Юрія та Юлії Мізун, «в оплот найреакційнішої гілки візантійського християнства» [204, с. 15]. Починаючи з Феодосія Печерського, візантійські ідеологи християнства, що влаштувалися в Печерському монастирі, порятунок людини бачили у випробуванні страхом Господнім. Такого страху руська людина зазнавала впродовж багатьох століть. «Робити це візантійським ідеологам було нескладно, оскільки з часом вони отримали необмежену владу над людьми. Батьки церкви вважали, що свою кару і страх Божий Господь посилає на людей для того, щоб очистити і позбавити їх від скверни та гріхів. Але самі вони не бажали опинитися серед цих людей. Батьки церкви робили все для того, щоб забезпечити собі розкішне існування, не зупиняючись перед закріпаченням інших християн. Цим іншим було корисно страждати, оскільки це очищало їх від скверни і

позбавляло від гріхів. Самі ж служителі церкви не бажали очищатися і позбавлятися від гріхів. Знущатися над своїм тілом потрібно було під дією страху Божого в його візантійському тлумаченні. Кожного ченця до будь-яких дій повинен був спонукати страх, страх Божий. Феодосій так наставляв келаря монастиря (того, хто відповідає за збереження і заготівлю продуктів – *прим. М. М.*): «Май перед очима своїми страх Божий: намагайся непорочно здійснити доручену тобі справу, щоб удостоїтися вінця у Христа» [204, с. 15].

Багато науковців вважають, що в культурі Русі страх Божий приходить на зміну страху смерті, який був надзвичайно сильним у дохристиянський період. Хоч люди і вважали, що смерть є природним процесом, але до мерців ставилися з певним страхом. Дуже сильно «боялися душі померлого, і зовсім панічний страх викликало тіло «нечистого» («заложного», мертв'яка). Причину страху тіла померлого слід шукати в найдавніших примітивних повір'ях русичів, де «заложні» мерці мали властивість покидати труну і шкодити людям» [356, с. 11]. У ті часи кожен індивід із надзвичайним жахом сприймав упирів. У демонології був поширений образ мерця, «котрий виходив із труни і ссав кров живих. Цей образ має загальнослов'янську основу і зустрічається в повір'ях багатьох народів: поляків, чехів, словаків, сербів, болгар, білорусів» [356, с. 11].

Страх смерті, на думку християн, виникає в душі людини в результаті гріхопадіння Адама й відтворюється в гріховному земному житті, повергаючи у рабство дияволів, що має «державу смерті» (До Євр. 2: 14, 15). Страх Божий приходить як запорука порятунку, як засіб подолання багатьох страхів і передусім – страху смерті. («Коли я в страху, на Тебе я уповаю» – (Пс. 55:4). У Новому Завіті страх Божий набуває нових імпульсів і нових смислових обертонів, адже Ісус Христос, здійснивши перше воскресіння, торжествує над смертю, і кінець кінцем повністю знищить, переможе смерть як «останнього ворога» (І Кор. 15:26; Одк. 20:14).

Чимало дослідників зазначають, що в центрі грецької, слов'янської і руської християнської літератури, якою користу-

валися миряни, були ідеї фобосу й агапе (страху і любові). Страх і любов у єдності регулювали релігійне життя звичайного християнина на Русі, але в різний час і в різних пропорціях рівновага страху і любові характерна для давньоруського християнства аж до московського періоду. Тут доречно згадати збірку рішень собору 1551 року Московської держави, що складається із 100 глав – «Стоглав» (назва затвердилася з кінця XVI століття. Рішення збірки стосується як релігійно-церковних, так і державно-економічних питань), де яскраво простежується трансформація поняття «страх Божий» порівняно з культурою Київської Русі. Тут надається певна перевага страху перед любов'ю, але любові залишається достатньо місця.

З падінням Києва від монголо-татарських завойовників у 1240 р. пішла в небуття і сама Русь-Україна (хоч її трагедія закорінена ще в князівських чварах і міжусобицях). Монголо-татари принесли русичам багато нещасть, спричинили нові страхи. Ці азіатські варвари завдали нищівного удару писемності, грамотності, архітектурі, живопису, літописанню й особливо духовно-психологічній сфері суспільства. Русь переживала велетенський страх, що призвело «до падіння устоїв, розхитування морально-етичних засад» [341].

Деякі автори [278] говорять про те, що давньоруським волхвам (у слов'янській язичницькій спільноті волхви виділилися як особлива група, пов'язана з проведенням релігійних обрядів, передбаченнями і ворожіннями), пізніше і запорозьким козакам-характерникам були під силу різні дива. Серед див (розганяти хмари, викликати грім, замовляти стріли, кулі, ходити по воді, годинами перебувати під водою, перевтілюватись у вовків тощо) виділяють і здатність «козаків напускати страх на ворогів» [278, с. 4].

Важливо зупинитися на використанні екзистенціалу страху в гуманістичній (антропологічній за своєю суттю) філософії найвидатнішого українського мислителя *Григорія Сковороди* (1722–1794).

Поглядам українського любомудра присвячено чимало наукових, публіцистичних, художніх розвідок, але його багато-

гранний світ постійно спонукає вітчизняних і зарубіжних дослідників до розв'язання все нових і нових проблем, надзвичайно важливих у кінці XX – на початку XXI століття, коли Україна перебуває в умовах екзистенційно-антропологічної кризи. Сковородинівське осмислення людини та її екзистенції набуває особливої актуальності в сучасному світі. Сьогодні важливо, що екзистенціалізм адекватно підходить до людської тематики, оскільки навіть природа, виробництво, біологічна структура організму розглядаються під кутом зору їх взаємозв'язку з людиною, в їх екзистенціальному вимірі [335, с. 54]. Екзистенціальна методологія близька до змісту українського світоглядно-філософського менталітету. Однією з характерних рис української філософії, що проявилась у творчій спадщині Г. Сковороди, – це екзистенційний дух мислення, філософська зосередженість на ролі і призначенні людини у світі.

Одним реченням концепцію Г. Сковороди, за слушним зауваженням В. Войтовича, можна виразити так: «Сутність Людини, місце її у Всесвіті та спосіб існування на Землі» [63, с. 8]. Тож екзистенціали людського буття посідають чільне місце в «українського мандрованого філософа» [16].

Г. Сковорода добре опанував зарубіжну й вітчизняну філософську думку (особливу увагу приділяв філософській культурі Русі, братських шкіл і київської академії). Це дало йому можливість створити самобутню філософську систему – вчення про людину. Згадаймо знамениту сковородинівську версію «філософії серця» (серце – це душа людини, думка, вищий розум, Бог), яку потім перейняв і довів до певної логічної довершеності відомий український філософ і педагог Памфіл Юркевич (1826–1874). Г. Сковорода, обравши принцип Сократа «Пізнай самого себе!» за дороговказ життя і творчості, як і античний мудрець, жодного разу не зрадив цьому принципу; пізнавати світ починав із людини, із самого себе (самопізнання, самовдосконалення); для кожної конкретної людини-особистості виносив для обговорення й розуміння ті проблеми, які сам переживав і мав про них власну оригінальну думку. Український любомудр міг зацікавити (але в декого, з певних причин, викликав несприйняття)

своїми міркуваннями про життя і смерть, добро і зло, страх і самотність, любов і свободу, гріх і Бога майже кожному людину. Ставлячи в центр філософських розмислів людину, він робив цілком закономірний для себе висновок: людина може дійти до Бога, пізнавши передусім себе саму. Тому богопізнання пов'язане в нього саме із самопізнанням [209, с. 485].

Неабиякого значення у своїй творчості філософ надавав екзистенціалу страху, який у нього тісно пов'язаний з іншими вагомими екзистенціалами – самотністю, любов'ю і свободою.

Аналізуючи страх, Г. Сковорода певною мірою випереджав західних екзистенціалістів (С. К'єркегора, М. Гайдеггера та ін.), які жили й працювали у XIX–XX ст. Він розрізняв два види страху: боязнь та метафізичний страх, де перший – це рабський, емпіричний страх, а другий – страх образити істоту, яку людина найбільше любить. Причому метафізичний страх має в нього як глибинно-екзистенційну, так і онтологічну закоріненість. На думку філософа, переживання такого страху не дає втратити фундаментальний зв'язок людини з Богом як останнім джерелом радості, духовної сили і мудрості.

Зі страхом тісно пов'язана тривога. Чимало дослідників минулого й сучасності, ототожнюючи страх і тривогу, твердили, що це один і той самий стан, однак страх властивий не лише людині, але й тваринам. Тривога ж притаманна тільки людині. На нашу думку, тут слід акцентувати не просто на тривозі, а на стані турботи, дискомфорту, страху, не пов'язаних із якоюсь певною причиною. Цю властиву лише людині тривогу першим описав у роботі «Страх і трепет» (1843) С. К'єркегор. Він довів, що причиною страху є зовнішнє джерело загрози. Для тривоги таке джерело не потрібне. Для її появи достатньо нашої уяви, думки. Звичайний страх – це «реакція на фактично наявні несприятливі зовнішні обставини, а почуття тривоги – це турбота викликана припущенням про можливий несприятливий наслідок» [178, с. 31]. Слід зазначити, що найбільш чітко відмінність між страхом і тривоگوю сформулював німецько-американський теолог і філософ-екзистенціаліст П. Тіллх (1886–1965) у розвідці «Мужність бути» (1952).

М. Гайдеггер і С. К'єркегор пов'язували тривогу з «падінням людини» та з первородним гріхом, бо людина «відійшла від себе», «відчулилася від своєї природи» [76, с. 165]. Онтологічна тривога завжди відіграє першорядну роль, бо тільки під її впливом та її поштовхом людина наближається до своєї автентичності. Тривога, як вважав Г. Сковорода, відкриває людині очі на реальність її умов, а тим самим і на необхідність Божої ласки [76, с. 166].

Філософ вважав, що поряд зі страхом людина завжди має відчуття щирої глибокої любові до Бога. Істинна християнська любов стає джерелом усього земного життя. Вона дає глибоке відчуття повноти особистості, спрямована на переживання цілісності в поєднанні з іншою людиною і світом. Любов разом з вірою виводить людину за межі тлінного «Я», таїть у собі глибокий пізнавальний зміст, живить душу, підштовхує на шлях справжнього щастя. Любов співвідноситься з дружбою.

Екзистенційні тенденції від початків і дотепер властиві всій українській філософській культурі. Вони простежуються й у творчості Г. Сковороди, хоча, можливо, прямо й не пов'язана з одним із найвпливовіших напрямків світової філософської думки ХХ ст. Екзистенційний вимір духовності людини в Г. Сковороди поєднувався з розумінням багатьох екзистенціалів, які він переживав. Страх і самотність мандрівний філософ вважав реальними, неминучими, але й не бажаними, вважаючи, що їх подолання в житті кожної людини — це суттєвий крок до вдосконалення духовності.

Одне з центральних місць у філософських роздумах мислителя посідав вагомий різновид страху — страх Божий. Український сковородинознавець Л. Ушкалов повідомив авторці сценарію і режисерці документального фільму «Усе в тобі» Л. Несутулі (прем'єра відбулася на Полтавщині у 2013 році і спричинила щирий інтерес не лише серед науковців, але й широкої громадськості) цікавий факт. Коли одного з учнів Г. Сковороди запитали, чого він навчав у Харківському колеґіумі, той відповів: «Страху Божого». Страх Божий у цього мудреця — це не що інше, як Божа віра, котра живить і веселить людське серце,

визнає Бога й Божу премудрість. Антиподом до страху Божого (Божої віри) виступає пекельна віра, що може лише мучити й губити людину.

Г. Сковорода неодноразово зосереджував свою увагу на одвічній темі – смерті. У його роздумах і розмовах завжди звучав оптимістичний наказ для кожної особистості: смерті не слід боятись. Як християнин і «як один з найкращих інтерпретаторів Христового Боговчення» [100, с. 12] він усім єством своїм відчуває наближення неминучої смерті і без найменшого страху готується до «недалекої своєї мандрівки до Престолу Всевишнього, сам для себе копає яму під великою липою» [100, с. 12].

Г. Сковорода – класик вітчизняної філософії, визначний мислитель України. Донині його постать на позір відома і загадкова водночас. Його концепція залишається актуальною не тільки для сьогодення, а й для майбутнього, оскільки розглянутий екзистенціаль страху безпосередньо пов'язаний із вченням про людину, власне, з філософією людини.

Микола Гоголь (1809–1852) – один із найглибших інтерпретаторів теми страху не лише в українській духовно-культурній традиції, але й у світовій культурі. Недарма його повість «Зачароване місце» відомий російський філософ, фахівець у сфері філософської антропології П. Гуревич (1933–2018) включив до антології «Страх», де зібрано тексти Платона, Данте Аліг'єрі, Блеза Паскаля, Франца Кафки... – авторів, зусиллями яких упродовж століть творився колективний «портрет» страху [158, с. 3].

М. Гоголь тонко відчував струмування страху в самій товщі буття. Цей момент, на думку С. Пірошенка, вияскравлюється вже в повісті «Сорочинський ярмарок», де страхітливе передчуття стукає у дім буття. <...> Серпневий день переповнений сонцем, світлом, буянням природи: дуби – «підхмарними», дорога – «кипить народом», річка «у всій красі і величі». В усій красі постає і цвіт життя – «дівчина у вісімнадцять років». Це час дозрівання, казкової розкоші, селянського раю, де «гори горщиків», «нескінченні низки» чумаків із «сіллю і рибою», «гори динь, кавунів і гарбузів...», де «копиці сіна» і «золоті

снопи хліба ... кочують по його незмірності» [82]. Словом – вінець життя. Однак вінець – не фінал, а контрапункт, зіткнення кількох мелодій життя. Природу й характер цього протистояння багато в чому прояснив О. Шпенглер. Основна категорія буття – становлення. З ним пов'язані страх і туга. Народження душі людської супроводжується появою страху, який виникає від зіткнення життя і смерті, з протистояння спрямованої на життєствердження душі і сил, що постійно загрожують трагічним фіналом [266, с. 81].

Отже, приховане відчуття страху в повісті «Сорочинський ярмарок» – це теж результат драми становлення. Наприкінці твору вона розгортається як зіткнення двох начал життя: поряд – на одній площині буття – опиняються «червоні губки» красуні, і «старі обличчя» «бабусь», і «байдужі могили» [81, с. 187]. Однак і екзистенціальний страх існує не сам по собі – він уписаний у загальну симфонію страху, створену М. Гоголем. Для її розуміння багато що дає виділення базової теми – Страшного суду [266, с. 82].

У полі зору митця – рух народу від моменту появи до можливої катастрофи. Він сприймав і переживав світ як християнин. Важливо, що драматизм християнського народу в історії зумовлює запекла боротьба божественних і диявольських сил. У цій боротьбі саме страх, пов'язаний з обома початками (страх Божий і страх диявольський), постає одним із найголовніших елементів трагічно напруженого буття. Емоційно-почуттєвий пік припадає на час Страшного суду, коли тотально «розпросторюється» страх [158]. Життя, узятє в такій перспективі, постає як потік страху. Звідси напружено-глибинний інтерес М. Гоголя до проблеми страху [266, с. 82].

Письменник вважав, що Україна народилася в страсі і зі страху. Свою гіпотезу історичного розвитку своєї батьківщини він виклав у статті «Погляд на утворення Малоросії» [82, с. 52]. Прикметно, що провідною емоцією, на основі якої формується концептуальна історична вісь у цьому творі, виступає страх. Саме страх, крик і навіть жах є домінантним почуттям. Це впливає з характеристики українських пісень: «Жахлива кара

гетьмана», «надривні звуки», «верещання її іноді... схожі на крик серця» [82, с. 52]. У вихідній точці – XIII ст. – на окресленій М. Гоголем карті постають два суб'єкти історії, доля яких розглядається у контрастному зіставленні: Росія та Європа. Росія – край, який не знає страху: тут «Релігія не зрослась... тісно із законами, із життям», тому й торжествує «хаос лайок», «холоднокрівне звірство», якесь напівтваринне життя. Переломним моментом історії постає нашестя «найстрашнішого» з народів-завойовників – «жахливих монголів» [82, с. 53]. Перша фаза – втрата землі під натиском кочівників – час страху, інспірованого факторами силового тиску. У плані глобально-історичних процесів це один із заключних епізодів у русі великих мас, який розпочався в Азії у V ст. і був зумовлений страхом: «Це не були завойовники, а якісь невільники, які діяли тільки від страху покарань» [82, с. 53].

Існують різні версії щодо походження страху у світі українських повістей. Літературознавець К. Мочульський (1892–1948) пропонує такий варіант: страх породжує краса, оскільки вона «за самою своєю природою аморальна» [196]. Ця лінія страху накреслюється ще від Платона: філософ «описує нам у «Федрі» [158, с. 9] ...випробування людини Красою, яка вселяє жах кожному, хто її споглядає; той хто бачить Красу, тремтить від страху, бо вона є лицем буття, вона провіщає нестерпне, вона – обличчя вашої долі [266, с. 82–83].

У М. Гоголя втіленням краси є українська природа. У вищезгаданій статті «Погляд на утворення Малоросії» це справді «прекрасна й родюча земля: «стеги прекрасні, вільні, з незліченим різноманіттям трав майже гігантського зросту», «чарівне й разом з тим зухвале розташування», «...південна... вся зі степів, що киплять родючістю... Цнотливий і родючий ґрунт їх своєвільно продукувала незчисленну кількість трав. Ці стеги кипіли стадами сайг, оленів і диких коней» [82, с. 53]. Така краса страшить своєю досконалістю і змушує духовно невиразну людину покидати її: «Народ, немовби розуміючи свою нікчемність, залишав ті місця, де різноманітна природа починає ставати винахідницею...» [82, с. 53]. Саме в красі, від одного подиху

якої «руйнуються всі моральні устої», убаचाє митець причину зради Андрія: для цього сина Тараса Бульби «поклик краси сильніший за честь, віру, батьківщину» [80, с. 223].

Зі страхом тісно пов'язане поняття свободи, за якою майже завжди прозирає страх. С. К'єркегор стверджував, що матеріалізація страху у світі саме й пов'язана зі свободою. У період невинного існування людини було тільки «ніщо». Воно й породило страх. Адам зримо відчув його тоді, коли з'явився «предмет страху», який набув форми страху порушити заборону. Андрій також чинить перший проступок, за яким приходиться в українське буття диявольський гріх. Скориставшись можливостями свободи власного вибору, син Тараса Бульби прагне зруйнувати дух корпоративності, розірвати кільце несвободи, яким сковує його родова пам'ять, честь, обов'язок, доля [80].

Атрибутом страху в М. Гоголя часто виступав *чин*. «Жорстка ієрархія чинів влаштована так, що кожен чиновник є одночасно носієм страху (для своїх підлеглих) і його об'єктом (для вищого посадовця)» [271, с. 144]. Отже, всі представники цієї суспільної ієрархії «навіюють страх, насолоджуючись цим (як у зустрічі Акакія Акакійовича Башмачкіна з «Шинелі» зі значною особою, котра тішиться тим, що її слово може навіть змусити людину знепритомніти), і разом з тим страшаються самі» [271, с. 144–145]. Майстерно, із нищівною іронією змальовував М. Гоголь картину взаємооберненого страху в «Мертвих душах»: «Припустимо, наприклад, що існує канцелярія, не тут, а в тридев'ятому царстві, а в канцелярії, припустимо, існує управитель канцелярії. Прошу поглянути на нього, коли він сидить серед своїх підлеглих, – та просто від страху і слова не скажеш! гордість і благородство, і вже чого тільки не виражає обличчя його?... Виглядає орлом, виступає плавно, мірно. Той же самий орел, як тільки вийшов з кімнати і наближається до кабінету свого начальника, куріпкою такою спішить з паперами під рукою, що духу немає... муха, менше мухи, знищився в пісчинку!... пищить пташкою і все сміється» [78, с. 489].

Страх, ставши загальним і обов'язковим суспільним атрибутом, неминуче витісняє і підміняє собою такі етичні категорії, як

сором, честь, совість. Не соромлячись своїх учинків, чиновники лише бояться бути викритими. Приїзд ревізора з однойменної комедії в місто N вносить сум'яття у світ, де процвітає чиновницьке й суддівське свавілля, продажність тих, хто має владу. Духовне зuboжіння верхівки суспільства настільки велике, що страх перед приїздом ревізора і його наслідками стають єдиним мотивом їхньої поведінки [271, с. 145].

Також утіленням страху в українській свідомості і в повістях М. Гоголя виступає *чорт*. Нечистий не випадково виявляє підвищений інтерес до страху: рухає ним воля до влади (як відомо, владу контролює той, хто контролює страх) [80, с. 223].

Щоб страх циркулював безперервно, треба змусити щось постійно генерувати його. У «Вечорах на хуторі біля Диканьки» та «Миргороді» джерелом страху є простір і відповідним чином препарована чортом структура суспільства. Експерименти з простором починаються з деформацій. Завдяки активній видозміні він виявляється одним із найголовніших носіїв страху [228, с. 361]. Образ ідеального життєвого простору постає на перших сторінках «Сорочинського ярмарку». Тут новонароджений світ, зітканий із нерозривної єдності «закоханої землі» і «голубого безмірного океану» [81, с. 188], уособлює світ Господній, сповнений гармонії, краси, торжества, світла, яскравих, чистих кольорів. Такий світ викликає стан зачарування: «Красуня наша замислилася, дивлячись на розкіш виду». Навіть безодня нагадує не про хаос і страх [266, с. 83], а це швидше «сповнена світотворчих інтенцій безодня орфіків, у якій грають вітальні сили, чи то копіюючи («передражняючи») оригінал, чи то дублюючи його, щоб викликати стереоскопічний ефект і ще більше естетизувати світ» [158].

Чорт деформує ідеальний простір і тим самим змушує його генерувати страх. Набір прийомів найрізноманітніший. Нечистий змінює характер комунікацій, формує топос «зачарованих місць», «проклятих місць», створює «інститут» чарівних речей, несподівано замішує фігури в життєвому дійстві. Поведінка предметного світу вражає своєю алогічністю: розрубані частини свитки зростаються; перстень і намисто, кинуті у воду, повер-

таються назад і пливуть «поверх води... до тебе ж у руки»; діжа може вистрибнути й кинутися «навприсідки по всій хаті» [81, с. 189]; вареник, викупавшись у сметані, самочинно летить прямо в рот. Чорт всіляко стимулює процес метаморфоз, які безперервно порушують стабільність світу і тим самим підривають довіру до нього.

Активніше за все деструктивні сили проявляють себе в потойбіччі. Декорації світу тут нерідко підсвічені червоним кольором – кольором страху. Улюблене заняття чорта – гра з простором. Показовий приклад – повість «Зачароване місце», де з'являється кілька варіантів однієї й тієї ж місцевості. Проспективні «ігри» можуть іти ще далі – аж до стирання граней між реальним і фантастичним світом. В один момент, як-от у «Майській ночі», реальний світ стає фантастичним і навпаки [266, с. 84].

З ускладненням ситуації страх змінює свою природу: стає страхом «незвичайним, вищим». На шляху до нього М. Гоголь фіксує особливий стан героїв, коли від переживань страху «волосся ходить по голові» [82, с. 156]. Крайня точка – скам'яніння героїв, формування «німої сцени», за спиною якої прозирає досвідчений режисер – «жах». Чи ненайпромовистіший епізод – німа сцена в повісті «Сорочинський ярмарок»: «Вікно брязнуло із шумом; стекла, брязкаючи, вилетіли, і страшне свиняче рило виставилося, проводячи очима... Жак скував усіх, хто був у хаті» [81].

Страх у повістях М. Гоголя – це також атрибут влади, її віддзеркалення. Чітко ієрархізована система життєдіяльності побудована так, що ключові місця в ній належать носіям страху – представникам влади – чиновникам (чим нижче місце на вертикалі влади, тим сильніший тиск страху). За таким самим принципом розставлені носії страху: квартальні з їхнім виразно окресленим, яскраво забарвленим одягом. Найпомітнішим є страховий потенціал квартального наглядча в повісті «Ніс» [81, с. 74]. У цьому фантастичному творі письменник доводить благоговіння перед чинами до абсурду, адже страх може навіяти навіть власна частина тіла, якщо, відділившись від свого

власника, одягтися в чиновницький мундир. За таких умов усе є простором страху. В обширі буття нема місця, вільного від нього. До того ж страх не обмежується одновекторним спрямуванням: набравши критичної маси, він стає взаємооберненим: «Страх володів усіма – знизу доверху, страх перед «начальством», «і зверху донизу – страх перед підлеглими... Страх був знаком і самому Миколаю» [81].

М. Гоголя менше цікавить потік страху, який струмує знизу. Особлива увага письменника належить адміністративному, «одержавленому» страху [266, с. 84]. Візуально він і прозирає саме через одяг, особливо через знакові його елементи («червоний комір») чи еполети. З одягом пов'язана повинь страху, яка заливає простір буття в «Ревізорі». Хлестаков не дарма до кінця тримається за свій петербурзький одяг («Штани, чи що продати. Ні, краще поголодувати, але приїхати додому в петербурзькому костюмі» [79, с. 34]), бо знає, що той – сила. Одяг, певна річ – це перший імпульс, сигнал. Однак настільки потужний, що здатен породити «море страху» [196, с. 67]. «Зірка» й «товстий еполет» призводять петербурзьких художників до «такого замішання, що вони невільно занижують ціну своїх творів» [78, с. 30]. А Ковальов, котрий втратив ніс від однієї лише думки про «червоний комір, який красиво вишитий сріблом, і шпагу», тремтить усім тілом. Саме таку реакцію на поліцейських ми бачимо у М. Гоголя: тремтіння, остовпіння і збентеження. Таким чином, страх стає іманентно-константним атрибутом особистості в авторитарній державі, незалежно від її місця в суспільній ієрархії. Підміняючи собою традиційні моральні цінності, страх стає універсальною етичною категорією, що призводить до невідвротної моральної деградації суспільства. І від того в душі письменника народжується природне і тривожне питання: куди ж мчить «птиця трійка» – Русь, яке майбутнє чекає його країну? [271 с. 145]

У гоголівській концепції людської душі поняття «Бог» – «Краса» – «жива людська Душа» – «Слово» – «Мудрість» – тожні і невід'ємні. Спонування до істинного існування, що визначене цим категоріальним рядом, полягає за М. Гоголем, у

ситуаціях духовної кризи (страху, смерті, зокрема, сміху як аналога страху, тривоги, свободи та ін.), в яких у людини з'являється гостре відчуття неправильності, безглуздості, негідності свого буття, потреба зробити вибір благ небесних, а не благ земних, що веде її до самозаглиблення, вдосконалення себе і світу навколо себе [266, с. 85].

Серед багатьох страхів, властивих цьому великому письменникові, дослідники виокремлюють страх смерті, а точніше, страх, щоб не поховали живим. Досі точаться дискусії (і не лише в колах науковців), чи не сталося цього з М. Гоголем насправді. До речі, такої смерті боявся і засновник відомої премії А. Нобель. Від цього страху учений не міг позбутися після того, як «рідний дядько розповів йому страшну історію про похованого заживо російського письменника Гоголя. Тоді Альфред чомусь вирішив, що і йому судилося загинути таким жахливим чином...» [405, с. 7]. У приписці до заповіту А. Нобель благав, «щоб після смерті йому перерізали вени. Він так боявся, що його спіткає доля Гоголя...» [405, с. 7].

Для з'ясування особливостей реалізації аналізованого феномена в житті і творчості українських *шістдесятників* (кінець 1950-х – початок 1970-х рр.), розглянемо передовсім соціальні складові їхнього аспекту страху.

Відомо, що соціальний страх не є станом, який виникає звичайним природним шляхом, він – результат динамічних відносин між членами суспільства. Джерелом такого страху є «загальні умови життя людей, людські відносини, і якщо ці відносини змінюють свою природу і якщо людина не відчуває себе в структурі цих відносин «у себе вдома», то в неї може з'явитися страх за стабільність свого буття» [316, с. 10].

Шістдесятництво (хоч, на думку видатного українського поета М. Рильського, цей термін був невдалий і поспішний, а один із духовних натхненників цього руху І. Дзюба протестував, коли його називали шістдесятником, указуючи на те, що термін не враховує динаміку зростання митця) було досить вагомим етапом у пробудженні української національної свідомості (самосвідомості). Це трапилося в СРСР у часи так званої

«хрущовської відлиги», коли на XX з'їзді КПРС її очільник засудив культ особи Й. Сталіна. Так з'явилася надія на громадянську свободу, демократію, торжество права, захищеність від свавілля і беззаконня влади, на цінності, властиві західним демократичним суспільствам. Соціальний страх у цей час дещо послабився, і цим скористалася насамперед українська інтелігенція, яка першою почала усвідомлювати свободу (сміливіше й вільніше думала й говорила, намагалася позбутися нагляду і тиску КДБ). Шістдесятництво, започатковане поетами, стало широким рухом не лише в мистецтві (літературі, кіно тощо), а й у суспільному житті, виявилася, власне, соціокультурним феноменом. Відтак в історію й культуру нашої держави шістдесятники ввійшли, як оборонці свого, національного, оригінального й неповторного слова, думки, традиції, культури взагалі, як проповідники людини національної, що, поважаючи свою мову й культуру, сповідуючи принципи свободи й демократії, поважали й усі інші нації та народи світу. Шістдесятники (В. Стус, В. Симоненко, І. Драч, М. Вінграновський, Л. Костенко, В. Підпалій, Б. Олійник, І. Світличний, І. Дзюба, Є. Сверстюк, Г. Тютюнник, В. Дрозд, Є. Гуцало, Р. Іванчук, О. Заливаха, А. Горська, І. Марчук, Г. Севрук, С. Параджанов, І. Миколайчук, Л. Танюк, Ю. Ілленко, В. Мороз, В. Чорновіл, Л. Лук'яненко, М. і Б. Горині та багато інших), бачачи, що за словом «інтернаціоналізм» у СРСР приховується русифікація українського народу, його інтербезликість, не злякалися слова «націоналіст» і, як могли, захищали все українське.

Страхи за майбутнє України, за українство, за себе (власне Я не могло в них існувати без українського контексту, без українського народу, волю і долю якого вони намагалися захищати в тогочасній непростій дійсності) були домінантою в житті і діяльності шістдесятників. Їхня філософія виражалася в тонкому відчутті і сприйнятті бід і радощів українців, у певному радикалізмі щодо проблем добра і зла, у переосмисленні світу і себе в ньому, у шануванні загальнолюдських цінностей, без яких неможлива перспектива розвитку України. Страхи шістдесятників були конкретними. Серед них виділимо такі: не бути почутими і

сприйнятими народом (або почутими і сприйнятими не правильно, бо репресивні органи постійно робили їх «буржуазними націоналістами»); за гідне теперішнє і майбутнє буття українців; за неможливість реалізуватись людині-«гвинтику системи».

Передова українська інтелігенція розуміла, чим може закінчитися їхня чітка позиція щодо гідного життя українських людей. Хрущовський постсталінізм не став цілковитим запереченням сталінізму. Режим зовні лібералізувався, але не відкинув тоталітарні методи. Зіткнення шістдесятників із системою було неминучим. Очільники тоталітаризму в СРСР здійснили декілька хвиль арештів, під які потрапили В. Стус, В. Чорновіл, Л. Лук'яненко, А. Горська, І. Світличний, О. Заливаха, В. Мороз, брати М. і Б. Горині та багато ін.

На той час в інтелігенції було кілька варіантів виходу з «граничної», «межової», кризової ситуації: 1) інакодумство (дисидентство) – активне протистояння режиму, тобто хоробрість, як протилежність страху; 2) самоізоляція (втеча у власний внутрішній світ); 3) конформізм (пасивне сприйняття ідеології, яку нав'язував режим, підпорядкування «правилам гри» тоталітаризму заради власного виживання). Другий і третій варіанти свідчать про неабияку тривогу і страх за фізичне збереження себе і власної сім'ї.

Світоглядними орієнтирами шістдесятників були: свобода в усіх її виявах; моральність як абсолютне мірило людських учинків; духовний аристократизм; антропоцентризм та гуманізм; духовний демократизм; патріотизм і національна самосвідомість.

В інтерв'ю для радіо після виходу своєї першої книжки «Тиша і грім» (1962) знаний український поет і журналіст Василь Симоненко (1935–1963) акцентував увагу на своїй роботі, на тому що він любить і чого боїться: «Що я можу сказати про себе? Ще так мало прожито і так мізерно мало зроблено. Хочеться бути людиною, хочеться робити гарне і добре, хочеться писати такі вірші, які б мали право називатися поезією. І якщо це мені вдається рідко, то це не тому, що я не хочу, а тому, що мало вмію і мало знаю. Найбільше люблю землю, людей, поезію

і... село Біївці на Полтавщині, де мама подарувала мені життя. Ненавиджу смерть. Найбільше боюся нещирих друзів. Більше мені сказати про себе нічого. Зараз працюю над другою збіркою. Хочу, щоб вона була кращою першою...» [54]. Смерть зневажало багато шістдесятників. У цей час було чимало нещирих друзів (несправжніх друзів, псевдодрузів). Ворога видно майже відразу, тому і боротися з ним було набагато легше і простіше. Неширий друг може підвести у будь-який момент, від нього можна чекати будь-якої підлості. Неможливо не погодитись із чудовою думкою-ілюстрацією В. Симоненка, де своє належне місце посідає феномен людського страху: «Немає нічого страшнішого за необмежену владу в руках обмеженої людини» («Окрайці думок» (1962)) [55].

Сьогодні важливо не абсолютизувати шістдесятників, робити з них божеств чи ікони для поклоніння, бо це не піде на користь ні їм, ні Україні. Ідеалізація цих людей, які зробили багато для майбутнього нашої держави, для її культури, може викликати реакцію недовіри і підозри. Ми повинні знати про їхнє життя і діяльність значно більше. Зараз, коли Україна прагне сповідувати європейські гуманістичні цінності, з'явилася чудова нагода для об'єктивності, толерантності, вираженості в різнобічному дослідженні соціально-культурного феномена ХХ ст. – українського шістдесятництва. В аналізі цього руху важливо застосовувати різноманітні напрацьовані і перевірені методики, що дають неупереджені, об'єктивні результати. У цьому плані відзначимо герменевтичний, діалектичний, компаративістський, феноменологічний, психоаналітичний, філософсько-антропологічний методи дослідження. Вони дають можливість констатувати той факт, що страх у житті і творчості шістдесятників відіграв надзвичайно важливу роль. Багато з них реально йшли від страху до його заперечення – неабиякої мужності й хоробрості, незважаючи на небезпеку фізичного знищення.

Від страху-відчаю, що вони будуть не почутими або почутими і сприйнятими неправильно, шістдесятників рятувала непохитна віра в те, що їм все-таки вдасться достукатися до людських сердець, що рано чи пізно український народ стане з

колін, зрозуміє їх, знищить людиноненависну тоталітарну систему, шануватиме свою культуру, мову, історію, будуватиме власну державу, усвідомить свою місію у світі.

Висновки до розділу 2

1. В античній філософській думці вперше було порушено питання про страх, висунуто думки щодо причин виникнення та визначення цього феномена, а також запропоновано оригінальні способи життя й боротьби з різноманітними страхами. Платон вважав страх екстремальним станом душі і вирізняв природний та соціальний страх. Цей філософ одним із перших у греко-римському світі почав розглядати страх як соціальний стан членів суспільства. Аристотель пов'язував страх із стражданням, доводячи, що цей феномен виник у результаті порушення цілісності соціальних модусів. У цього мислителя страх універсальний, він виконує водночас і негативну, і позитивну функцію (мобілізує людину). Епікур чи не вперше в античній філософії намагався дослідити страх. Він виділяв три основні страхи: страх перед богами, страх перед природною необхідністю, страх смерті. Філософія була для нього тим дієвим знаряддям, за допомогою якого вдалося б подолати страх перед смертю і жити безтурботно та щасливо. Для цього кожній людині потрібно було подбати про здобуття філософських знань. Уявлення про страх давніх греків і римлян, а також їхні ціннісні засади істотно вплинули на менталітет людей не лише Західної Європи, але й усього світу.

2. У Середньовічній філософській думці, де філософія була служницею богослов'я, страх розглядався насамперед через призму релігійних, біблійних і євангельських положень про смерть і безсмертя – страх смерті, Страшний суд, прихід Антихриста тощо. Крім страху фізичного, страху втрати, каліцтва й тілесної смерті, яких людині, згідно зі Святим Письмом, не потрібно боятися, адже зачіпається лише тілесна і земна оболонка, у християнстві актуалізувався страх за душу, страх за можливість її очищення і спасіння. Своєрідні акценти в цей час втілювалися в специфічному універсальному понятті страху

Божого, яке містило багато теологічних і екзистенційних смислових відтінків і нюансів. «Ліки від страху» середньовічна людина знаходила передусім у релігії і філософії.

3. У часи Відродження екзистенціаль страху проявлявся суперечливо й парадоксально. Із зміною поглядів на людину страх Божий перестав сприйматися як добродієність. Праця, якій у цей період надавалось особливе значення, могла позитивно впливати і на людський страх. Гуманістична позиція Відродження, в якій людина займала панівне становище, намагалася подолати багатолітні страхи, що оточували індивіда ще від Середньовіччя. Це особливо стосується страху водяного простору, моря. Море, на думку багатьох людей, приховувало всю нечисту силу (сатана, демони, чудовиська). Страх моря переплітався з іншими – страхом самотності, страхом дивовижності, страхом безумства, страхом неприродних станів, страхом близького кінця світу тощо. Причини страху люди пов'язували з дияволом та помстою (ображеного святого, праведників тощо). Страх допомагали вгамовувати магічні процедури й астрологічні викладки.

4. Головним ідеологам Реформації (і передусім М. Лютеру), які часто замислювались над питаннями страху, удалося індивідуалізувати його і позбавити страх заразливої колективної сили. Шлях до подолання страху пролягав тільки через індивідуальну віру людини, яка особисто мала справу з Богом. Відмова протестантизму від католицького «колективного спасіння» призвела до постійної зміни одних страхів іншими. Лютеранський «індивідуалізований страх» викликав так зване полювання на відьом (переслідували і знищували тих, кого підозрювали в чаклунстві). Релігійний страх підсилювався ще й страхом від руйнації громади (селянської, релігійної, ремісничої), які раніше уособлювали чіткість, стабільність, регламентованість.

5. Особливе ставлення до страху чітко простежується в мислителів Нового часу. Засновник емпіризму Ф. Бекон вважав, що все живе природа наділила страхом. Існує страх рятівний (який допомагає індивідові долати небезпеку, зберегти життя) і страх порожній, безпідставний, панічний. На думку філософа,

будь-який страх можна зменшити за допомогою науки. Родоначальник раціоналізму Р. Декарт визнавав страх психологічною пристрастю, яка має яскраво виражене негативне значення. Цю пристрасть можна подолати за допомогою інтелекту, знання Істини. Т. Гоббс також відносив даний феномен до пристрастей людських і включав у поняття страху як прагнення втікати від небезпеки, так і обережність, передбачливість, підозру, що дозволяють уникати небезпеки. Страх він визнавав активним початком, що запускає в дію розум. Для Б. Паскаля страх – одна з пристрастей, яка властива лише живим організмам. Причина страхів – в усвідомленні принципової розбіжності онтології нескінченної, незнищеної природи і смертної людини. У доказах Д. Юма страх – афект, пов'язаний з іншими афектами – стражданням, надією, радістю, печаллю тощо. Він діалектично розумів причину страху як обумовленість неможливого і дійсного.

6. У П. Гольбаха страх став основним мотивом, що примушує зберігати цілісність людського співтовариства, а в Ш. Монтеск'є означений феномен отримав яскраве соціальне забарвлення. Страх філософ трактував як засіб реалізації деспотичного виду правління. Але, крім деспотії, Ш. Монтеск'є виокремив ще й республіканську та монархічну форми правління. К. Гельвецій стверджував, що страх виникає при сприйнятті суб'єктом грандіозних сил природи, коли індивід порівнював їх із власною слабкістю, нікчемністю, неповноцінністю, тоді він і починав боятися.

7. І. Кант перевів страх у духовну сферу людини і засвідчив, що він відіграє чи не найважливішу роль у становленні і функціонуванні духовного світу людини. У Ф. Шеллінга страх виступив певним соціокультурним регулятором, сполучною ланкою. Особливо вченого бентежив страх втрати єдності народу, але його можна подолати за допомогою створення своєрідних об'єднань (каст), вироблення статутів (доктрин), наявних свідчень існування спільнот тощо. Г. Гегель вивів дослідження страху на новий рівень. Мислитель уперше проаналізував його природу через діалектичну взаємодію внутрішніх і зовнішніх сторін

буття. Для нього страх – найважливіший аспект розвитку буття. Л. Фейєрбах вважав страх певним почуттям залежності від предмета. Він доводив, що всі релігійні вірування виникають завдяки страху, а його протилежністю є любов.

8. В екзистенціальній філософії страх – це екзистенціал, тобто вихідне, початкове, суб'єктивне, емоційно-забарвлене поняття. Даний феномен в екзистенціалізмі був пізнаний у його основоположному значенні – як умова становлення справжнього існування. Страх особливо сприяє проясненню своєрідного нетеоретичного, емоційного характеру екзистенціальної філософії. С. К'єркегору (предтечі екзистенціалізму) належало перше визначення страху як стану невизначеного, розпливчастого занепокоєння, відмінного від звичного розуміння страху як почуття, що виникає перед якоюсь конкретно небезпекою. Цей мислитель намагався дати психологічне пояснення означеного поняття. Завдяки к'єркегорівському опису страху можна побачити й онтологічну перспективу цього стану. У своїй фундаментальній онтології М. Гайдеггер стверджував, що тільки в стані страху людині відкривається власна смертність, а наслідком цього є бажання піднятися до справжнього існування, гідного людини. Причиною страху у філософській концепції К. Ясперса є «несправжня комунікація», яка має зовнішній характер і не зачіпає глибини душі. Ж.-П. Сартр вважав, що в страху індивід усвідомлює свою свободу. Свобода – невід'ємний елемент свідомості, а оскільки це так, то людина «приречена» на свободу. Свобода вимагає від індивіда «бути іншим», повсякчас проектувати, обирати себе, відповідати за цей вибір, постійно переживаючи страх. М. Бердяєв доводив, що страх лежить в основі життя світу. Він є станом, який принижує, а не возвеличує людину. Це очікування страждань, поневірянь. Страх буває раціональним (викликаний зовнішніми чинниками) і ірраціональним (пов'язаний із вищими станами життя (духовний страх)).

9. Осмислення страху та його природи в психоаналізі уможливило краще розуміння процесів інтеграції й дезінтеграції особистості людини. З. Фрейд стверджував, що початок будь-якої справи має реальне підґрунтя для страху. Він виділяв невро-

тичний, реальний (зовнішній) та ірраціональний страх. Страх може бути причиною людських неврозів. За О. Ранком, вигнання плоду з материнського лона є «основною травмою», і кожна людина підсвідомо прагне повернутися в материнське лоно (прикметно, що З. Фрейд не поділяв цієї точки зору). Ця «травма», яка загрожує індивіду знищенням, смертю, стає прообразом усіх майбутніх страхів. Є подвійний страх: 1) страх появи на світ (страх життя, народження) і 2) страх повернення назад, у материнське лоно (страх смерті). Е. Фромм вважав, що кожна людина самотня й охоплена страхом. Основна причина страху – свобода, якою наділений кожний індивід. Для К. Хорні страх сформувався людською культурою, тобто він – аспект культури. Серед багатьох причин страху дослідниця на перше місце поставила ненависть, яка породжує страх своїми агресивними імпульсами.

10. Своєрідним є феномен страху в українській духовно-культурній традиції. У Києворуський період виокремлювалися такі страхи як: страх перед силами природи, боязнь смерті, страх нечистої сили, страх Божий, боязнь за душу, страх перед ритуальною нечистотою, страх втрати влади. Патріарх української філософії Г. Сковорода вважав, що страх реально існує, він неминучий, але й не бажаний. Його необхідно долати кожній людині – це буде суттєвим кроком у вдосконаленні духовності. Мислитель розрізняв метафізичний страх і боязнь. Метафізичний страх має в нього глибинно-екзистенційну та онтологічну вкоріненість і дає людині можливість не втрачати зв'язок із Богом як джерелом духовної сили й радості. Боязнь – це рабський, емпіричний страх. М. Гоголь – один із найглибших інтерпретаторів страху у світовій культурі. Він надзвичайно тонко відчував спрямування страху в людському бутті. У розумінні митця страх пов'язаний із становленням буття. Страх супроводжує еволюцію душі людини. Він виникає від зіткнення життя і смерті. Атрибутами страху в М. Гоголя виступають чин, чорт, червоний колір, а сам страх, у свою чергу, є потужним інструментом влади, її атрибутом. Соціальний страх яскраво виділявся в житті і творчості українських шістдесятників ХХ століття, де

його джерелом виступали життя і людські відносини. Такі шістдесятники, як В. Симоненко, В. Стус, В. Чорновіл, Л. Лук'яненко, Г. Тютюнник, А. Горська та ін. постійно переймалися страхами за майбутнє України, українство, за себе (де власне Я не існувало в них без українського контексту, без українського народу).

РОЗДІЛ 3. ПРОБЛЕМА КЛАСИФІКАЦІЇ СТРАХУ ТА ЙОГО РІВНІ

3.1. Класифікація страху

Сьогодні існує багато різноманітних класифікацій страху. З-поміж них слід виокремити найбільш ґрунтовні, передусім розроблені в працях О. Захарова, А. Кемпінські, Х. Христозова, Ю. Щербатих, Ф. Рімана.

Так, *О. Захаров* поділяє страхи на ситуативно обумовлені (які виникають у незвичайних обставинах, під час крайньої небезпеки, тривожного передчуття, тяжких випробувань, конфліктів, життєвих невдач) та особистісно обумовлені (вони залежать від характеру людини і можуть з'являтися в нових умовах або при контактах із незнайомими людьми). Ситуативно та особистісно обумовлені страхи часто поєднуються між собою залежно від досвіду міжособистісних відносин [120, с. 56].

Згідно з *А. Кемпінські* є страх біологічний (при порушенні «природного морального порядку» – загроза життю); соціальний (при порушенні «соціального порядку», конфлікті інтеріорізованих соціальних норм із реальною дійсністю – загрозі соціальному стану) і «страх совісті» («моральний страх»), що впливає з двох перших і супроводжується почуттям провини (людина сама собі грізний суддя) [24, с. 82].

Х. Христозов запропонував узагальнену класифікацію страху за п'ятьма параметрами: 1) за формою і відтінками прояву (страх астеничний (опієніння, слабкість, нецілеспрямованість учинків) і стеничний (паніка, втеча, агресія); 2) за ступенем вираження: переляк (раптовий і короткотривалий страх, що виникає під час несподіваної і неприємної, але ще чітко неусвідомлюваної зміни ситуації, що загрожує життю чи благополуччю людини), боязнь (почуття страху, яке, виникаючи поступово, пов'язане з усвідомленням тривалої небезпеки, що може бути усунена чи на яку може бути здійснено вплив), жах (найвищий ступінь страху з характерним пригніченням розумової діяльності – «безумний страх»); 3) за формою прояву: страх вітальний (переживання страху виходить із власного тіла, безпосе-

редньо з емоціогенних систем головного мозку), страх реальний (небезпека виходить із зовнішнього світу), моральний страх, або страх совісті (виникає внаслідок неузгодженості первинних психічних тенденцій і більш диференційованих прагнень); 4) за видом (усвідомлюваний генералізований, усвідомлюваний локалізований, неусвідомлюваний генералізований, прихований локалізований страх); 5) за етапами розвитку (нерішучість, невпевненість, зниклобіння, боязливність, тривога, страх, жах) [24, с. 82–83].

Страхи, за Ю. Щербатих, поділяються на три групи: 1) біологічні, 2) соціальні та 3) внутрішні. Подібну класифікацію ми знаходимо і в російського дослідника Є. Борового [44, с. 22]. На перший погляд, вона вирізняється своєю простотою, точністю й певною універсальністю, але це не зовсім так. У праці Ю. Щербатих «Психологія страху: популярна енциклопедія» (2007) [409] помітні певна нечіткість і непослідовність. У першому підрозділі першого розділу «Чого бояться люди?» третя група страхів означається як внутрішні страхи, які, на думку автора, «народжені лише свідомістю людини і не мають під собою реального підґрунтя для занепокоєння» [409, с. 20]. А вже в четвертому підрозділі цього ж самого розділу вони називаються «страхами, які ми створюємо самі». Однак внутрішні страхи в цьому підрозділі, ставши четвертим складником, позначені в лапках («внутрішні страхи») і з приміткою, як «страхи власних думок і вчинків» [409, с. 64]. В інших своїх працях «Позбутися страху? Це просто» (2006) та «Позбудься страху» (2010) цей російський психолог присвятив цілий розділ [407] та окрему главу [406] екзистенціальним страхам, куди ввійшли і «страхи, які ми створюємо самі» (страх темряви, страх майбутнього тощо). Слід зауважити, що класифікація страху Ю. Щербатих не є довершеною. Та й загалом досі питання класифікації страхів є до кінця не розв'язаним. Попри згадані недоліки, ми спираємося на напрацювання вчених (передусім Ю. Щербатих) і виділяємо три класи (групи) страхів: 1) біологічні, 2) соціальні та 3) екзистенціальні.

Біологічні (природні) страхи – страхи атмосферних і астрономічних явищ, вулканів і землетрусів, тварин тощо. Будь-яка

жива істота, – тварина чи людина, – боїться сильних звуків і яскравих спалахів (наприклад, грому і блискавки). Цей страх закладений еволюцією в мозок тварин і людей на рівні вродженого інстинкту. Люди багато років не могли розкрити природу грози. Ю. Щербатих зазначив, що і зараз страх грози є актуальним для багатьох людей, випереджаючи за значенням такі боязні, як страх темряви чи страх смерті [409, с. 21]. До числа астрономічних явищ, що викликали страх ще із сивої давнини, були страх сонячних затемнень та поява комет. «Раптове зникнення сонця при ясному небі викликало у людей панічний жах, вони сприймали це як кінець світу» [409, с. 27]. Комети, що прилітали до нашої планети час від часу з глибини космосу, також навіювали на людей жах. Земляни вважали, що війни, епідемії, неврожай, голод пов'язані передусім із цими космічними явищами.

Виверження вулканів і землетруси вельми сильно впливають на психічний стан людей, часто вони бувають причиною страху і паніки. Це пов'язано з тим, що «твердість земної оболонки від народження здається нам чимось абсолютним, непорушним, а коли земля починає хитатися під ногами, людина відчуває гнітючий страх» [409, с. 30].

Протягом століть люди освоювали нові території для свого проживання і зустрічалися з невідомими, часом страшними тваринами. З цього приводу можна згадувати безліч різних історій, які не завжди закінчувалися для людини добре. Серед тварин, які часто викликали жах, були кити, змії, павуки тощо. З ними та іншими представниками фауни пов'язано багато легенд та забобонів, що лише посилювали людські страхи та фобії. Отже, до першої групи належать страхи, які безпосередньо пов'язані із загрозою життю людини.

Серед *соціальних страхів* слід виділити такі: страх перед випробуванням (екзаменами), страх перед виступом, страх перед відповідальністю та ін. Усі вони являють собою боязнь за зміну свого соціального статусу.

Дуже цікавою є третя група страхів, куди належать *екзистенціальні страхи*. Становлення екзистенційного складника страху

пов'язане зі сформованістю в людини як особистості певного рівня самосвідомості. Вони «свідчать про те, що індивід внутрішньо пов'язаний з буттям, але відчужений від нього у своєму земному існуванні» [44, с. 23]. Ю. Щербатих у книзі «Позбутися страху? Це просто!» [407] виділив чотири основні види екзистенціальних страхів: 1) страх перед простором (боязнь відкритого й замкнутого простору, темряви); 2) страх перед часом (очікування майбутнього, смерті та ін.); 3) страх перед життям (спричинений впливом незрозумілого, таємничого, усвідомленням безглуздості самого життя тощо); 4) страх перед собою (втрата контролю над собою, божевілля та ін.).

Ця група страхів пов'язана із самою сутністю людини. Негативними сторонами таких страхів є те, що вони приховані в глибині несвідомого (і тому не завжди усвідомлюються людиною); через свою глибинність і неконкретність не піддаються повному викоріненню. Екзистенціальні страхи мають і позитивні моменти: з ними можна довго жити, не відчуючи негативного впливу; їх можна значно послабити прийомами раціональної або поведінкової терапії, знизивши рівень до прийнятних величин [415].

Страх перед простором може набувати різні форми, з яких основними є страх перед замкненим або відкритим простором і страх темряви. У сутність людини закладено дві протилежні тенденції, або спрямованості: прагнення до дослідження всього нового та непізнаного і страх перед недослідженим. Гармонійне співіснування цих двох спрямованостей особистості дозволяє вивчати нові об'єкти, забезпечивши для цього більш-менш безпечні умови.

Страх перед часом може набувати форми страху перед незнанням майбутнього і страху перед смертю. Страх перед неминучістю і невблаганністю часу так само може виявлятися в різних формах. У відносно «м'якому» вигляді – це страх перед невідомістю, яка чекає нас попереду. Це почуття зазвичай вщухає при звичному способі життя і загострюється в екстремальних ситуаціях війни, бізнесу або хвороби. Більш неприємною формою страху перед невблаганністю часу є страх смерті –

почуття, яке повною мірою властиве тільки людям. Можна навіть сказати, що цей страх є платою за здатність людини прогнозувати своє життя і будувати плани на майбутнє.

Страх перед життям може демонструватись у формах страху перед незрозумілістю і величезністю навколишнього світу, в якому доводиться жити, страху перед таємничими і загадовими явищами, а також страху перед безглуздістю життя. Відомо, що з-поміж усіх живих істот лише людина прагне пояснити всі явища з наукової точки зору, тобто «розкласти все по полицях», а за неможливості виконання цієї мисленнєвої дії вона переживає тривогу або страх перед незрозумілими речами. Так, не знайшовши чіткої відповіді на питання про сенс життя, вона відчуває негативні емоції

Страх перед собою може проступати в таких формах: нерозуміння себе, своїх підсвідомих думок, страх перед своїми можливими вчинками або страх втрати контролю над собою, божевілля. Як не дивно, найменш вивченим людиною залишається власний внутрішній світ. Із цим фактом інколи важко миритися, адже ми не розуміємо, хто є насправді, чого від нас самих очікувати. Тому в деяких життєвих ситуаціях ми лякаємося власної сутності, своїх думок чи поведінки, а отже, не можемо вивчити та зрозуміти закономірності життя Всесвіту, а не самих себе [345].

Людство віддавна вдавалося до спроб подолати, зменшити чи вгамувати страх. Філософія, психологія, релігія тощо не перестають займатися цією справою. Але, як указує німецький психоаналітик, психотерапевт і письменник *Ф. Ріман*, «присвячення себе Богу і любові, дослідження законів природи, аскетичний спосіб життя і філософське пізнання навряд чи позбавляють від страху, проте допомагають його переносити і, напевно, роблять більш продуктивним наш розвиток. Надія на можливість прожити без страху залишається ілюзією» [296, с. 11]. Людина намагається протиставляти страху мужність, знання, довіру, силу, покірність, віру, надію і любов, що може допомогти ужитися з ним і пояснити його, але не перемогти. Тому *Ф. Ріман* скептично ставиться до методів, спрямованих на визволення

особистості від страху, вважаючи їх несправедливими щодо буття: вони оживляють надії, яким не суджено збутися.

Коріння наших страхів слід шукати в дитинстві. Ми народжуємося з відчуттям, емоцією страху, коли відділяємося від материнського лона. Першими нашими негативними, але надзвичайно важливими емоціями є невдоволення і страх. Це проявляється у плачі. Нам було так добре, так комфортно разом із матір'ю в її лоні, адже все необхідне в цей час обов'язково «давалося» нам. А ми опинилися в новій, ще незвичній ситуації. Наш спосіб життя кардинальним чином змінився без нашого бажання. Ми відчуваємо страх і тоді, коли материнські руки вперше залишають нас. З'являється страх самотності перед необхідністю подолання вільного простору. Далі бурхливими темпами відбувається фізичний і духовний розвиток людини. Тож ідеться про нормальні страхи, які постійно вплетені в канву вікових змін, що переживаються індивідом та істотно впливають на нього. Наприклад, на початку шкільного періоду з'являються свої (властиві саме цьому віку) страхи, адже дитині доводиться міняти звичні в сім'ї стосунки на нове товариство і робити певні зусилля для утвердження себе в ньому. Вона по-новому починає ідентифікувати себе з новим колективом, переоцінюючи і відмовляючись від багато чого, що було надзвичайно цінним у дошкільному віці. Страхи отрочтва та юності також пов'язані з «новизною»: із першими знайомствами з іншою (протилежною) статтю, з питаннями конформізму та самовизначення, з романтичними стосунками та еротичним томлінням, з тягою до сексуальних зустрічей, із новими «ідолами та ідеалами» тощо. Потому з'являються й переживаються все нові й нові страхи, адже особистість робить перші непрості кроки в професійному житті, створює власну сім'ю (виходячи таким чином із батьківської сім'ї, що часто може сприйматися індивідом як нове його народження, але вже на іншому рівні), отримує статус матері чи батька. Потім настає останній етап життя – старість і немичність, де часто постає одне питання – коли? Адже нових етапів розвитку вже не буде ніколи. Далі – смерть. Усі ці страхи є органічними складниками життя особистості, оскільки «пов'язані з

соматичним, душевним і соціальним розвитком, з оволодінням новими функціями при вступі до суспільства чи співдружності. Страх завжди супроводжує кожен наш новий крок подолання меж звичного, що вимагає від нас рішучості перейти від пізнаного до невідомого» [296, с. 16].

Поруч із зазначеними страхами існує дуже велика кількість індивідуальних страхів, нетипових для тих пограничних ситуацій, що були вже вказані. Ці страхи не пізнані нами, тому не можуть бути зрозумілими й для інших. Усе розмаїття страхів не можливо уявити, адже кожен із них «багатоликий». Тому вчені намагаються визначити й описати «основні форми страху», до яких можна віднести всі можливі з них. Так, у своїй фундаментальній праці Ф. Ріман виокремлює *чотири основні форми страху*, пов'язані з самопочуттям людини в цьому світі і з її розподіленістю між двома великими антиноміями, що переживаються в їхній нерозривній протилежності і повторюваності. Учений стверджує, що, народжуючись, ми підкоряємося чотирьом могутнім імпульсам: наша Земля обертається навколо Сонця, що є водночас центральним світилом нашої власної світової системи, рух якої ми визначаємо як *революцію* чи переворот. Одночасно планета обертається навколо своєї вісі, що називається її *власним обертанням*. Таким чином, існує два взаємовиключних чи взаємодоповнюваних імпульси, які підтримують нашу світову систему в русі, до якого примушують два напрямки: сили тяжіння і відцентрової сили. Сила тяжіння підтримує цілісність нашого світу, прагнучи в середину, до його центру, й утримуючи його від розпаду. Центробіжна сила прагне до розширення і, будучи відпущеною, спрямована на відділення і безперервний рух. Тільки зважена взаємодія цих чотирьох імпульсів гарантує закономірний і рухливий порядок життя. Перевага чи випадання одного з видів руху порушує чи руйнує світовий порядок і призводить до хаосу. Відповідно до космічних аналогій учений обґрунтовує чотири основні вимоги, які повторюються і взаємодоповнюють одна одну.

Вимога перша (в алегорії Ф. Рімана відповідає ротації) означає, що кожен індивідуум для здобуття самостійності й непов-

торності своєї особистості має відмежувати себе від решти людей, не обмінюючись з ними своєю специфікою. До цієї вимоги долучається страх, який загрожує нам, коли ми відділяємо себе від інших, що виникає з моменту народження і пов'язаний з тим, що ми є частиною спільноти і боїмося самотності й ізоляції.

Суттю *другої вимоги* (алегорії Ф. Рімана відповідає революції) є те, що світ, життя і людське співтовариство відкриті для нашої участі і вимагають для цього відмови від «Я», а в протилежному разі є чужими, такими, що існують незалежно від нас і поза нами. Ця вимога передбачає самозречення і самовіддачу. З цими поняттями пов'язані всі страхи боязні втрати власного «Я», що залежать від необхідності самовіддачі і небажання втратити свою одиницність і принести себе в жертву іншим, що є необхідним для пристосування до вимог більшості. Це передусім призводить до залежності від оточення, до почуття покинутості й безсилля, які виникають при загрозі виключення цієї залежності і захищеності. Ризик залишитися в самотності без зв'язку зі світом, без почуття належності до того, що перебуває поза нами, супроводжує людину все життя від моменту народження і викликає потребу до пізнання світу.

Третя вимога (в алегорії Ф. Рімана відповідає доцентровому напрямку чи силі тяжіння) означає наше прагнення до незмінності й продовження. Продовження і стійкість дає нам можливість мати невизначене майбутнє. Вимога супроводжується страхами, які пов'язані зі знанням про минулий характер нашої залежності й ірраціональності планування нашого існування, страхом перед ризиком усього нового, перед невизначеністю наших планів, перед вічною мінливістю нашого життя, яке ніколи не зупиняється і постійно змінює нас самих.

Четверта вимога (в алегорії відцентрового напрямку чи відцентрової сили) полягає в тому, що ми завжди прагнемо до розширення, зміни, розвитку й подолання, відмовляючись від уже пізнаного, долаючи традиції й буденність, розлучаючись із досягнутим, щоб спробувати пережити невідоме. З цією вимогою, яка дає нам можливість життєрадісно розвиватися, невинно відкривати нове і проникати в таємницю невідомого,

тісно пов'язаний страх перед необхідністю подолання порядку, необхідності, правил і законів, інертності звичок, які утримують, сковують і обмежують наші можливості наперекір нашому руху до свободи.

Отже, *чотири основні форми страху* у Ф. Рімана мають такий у загальному вигляд:

1. Страх перед самовідданістю, що переживається як втрата «Я» і залежність.

2. Страх перед самостановленням (стагнацією «Я»), що переживається як беззахисність та ізоляція.

3. Страх перед зміною, що переживається як мінливість і невпевненість.

4. Страх перед необхідністю, що переживається як остаточність і несвобода [296 с. 24].

З огляду на чотири форми страху, які виокремив німецький учений, слід резюмувати, що в нашому житті є завжди протиріччя у «вигляді парних антиномій» типу устремління (прагнення) до стабільності і разом з тим до змін. Тому ми змушені долати як страх перед неминучою мінливістю, так і неминучою необхідністю тощо. Таким чином, життєвий порядок можливий тільки тоді, коли настане рівновага між цими протилежними антиноміями (імпульсами). Характер і вираженість кожного страху, який ми переживаємо, значною мірою залежить від властивості нам схильності, спадковості, оточення, в якому ми перебуваємо після народження, нашої соматичної й душевно-духовної конституції, біографії, історії становлення особистості.

Важливо зауважити, що для сучасного світу надзвичайно актуальними є й інші страхи, зокрема страх війни, страх майбутнього та ін.

Так, страх війни пов'язаний зі страхом смерті, який лежить в основі всіх страхів. Війна несе руйнування, горе, нещастя, загибель людей. Сьогодні українці знають про це не з чуток, а з воєнних дій, які відбуваються на сході їх рідної держави, починаючи з 2014 року. Одна з учасниць Другої світової війни, відома поетеса Ю. Друніна у своєму вірші «Я только раз видала рукопашный» сказала, що на війні справді страшно, а той, хто заперечує це, просто нічого не знає про неї [41, с. 4].

Тривога й занепокоєння перед невизначеним і незнаним майбутнім глибоко вкорінена у людське мислення. Людина з острахом може ставитися до минувшини, її часто не задовольняє сучасність, однак справжній страх вона може переживати передусім тоді, коли думає про невідоме майбутньому. Здавалося б, на початку XXI століття завдяки новітнім інформаційним технологіям ми навчилися передбачати чи навіть проектувати своє життя на багато десятиліть уперед, проте людина досі не відчувається цілком захищеною [219, с. 97].

Названі нами страхи переслідують людей із давніх часів. Проте з'явилося чимало і нових, ще не відомих попереднім епохам, як-от *страхи і фобії в комунікативному просторі Інтернету*: нозофобія (боязнь залишитись без Інтернету); інтернет-хронофобія (страх бездарно і даремно проводити час у мережі); страх плагіату (хтось може вкрати ваш твір (наукову роботу, вірш, пісню тощо)); зломобоязнь (пароль став недійсним, втрата пароля тощо); страх витоку інформації; боязнь інтернет-вірусів; ретерофобія (страх зробити помилку в словах чи не побачити «автозаміну»); стенофобія (боязнь реєстрації в соціальних мережах рідних і близьких людей); уейбекофобія (страх свого минулого в мережі); боязнь авторизації на чужих комп'ютерах і телефонах; агліфобія (страх бути згаданим чи позначеним на різних фотографіях чи постах); боязнь опублікувати інформацію з ненадійних джерел та ін.

3.1.1. Смерть і страх смерті

Найпотемніше в житті кожної людини – її смерть. «Усі релігії світу і філософські системи були породжені страхом людини перед смертю» [52, с. 7]. Страх смерті – це природне почуття, властиве всім живим істотам. Смерть – це «збіг страху й порожнечі, двох іпостасей «я» – особи й посмертної маски. Символічна подорож від себе до себе. Завдяки майбутній смерті особа розпочинає скорботний шлях до себе по спіралі життя, і як тільки це повернення відбудеться, особа стане власним образом, виступить в образі трупного зліпка» (В. Подорога) [97].

Німецький філософ *Й. Фіхте* (1762–1814) вважав, що «будь-яка смерть у природі водночас і народження, і саме в умиранні стає видимим піднесення життя. У природі немає принципу умиртвіння, бо вся природа – одне тільки життя; умиртвляє не смерть, а більш живе життя, яке зароджується й розвивається, ховаючись за старим. Смерть і народження – тільки боротьба життя із самим собою. І невже може бути чимось іншим моя смерть, адже я взагалі не тільки вираження й відображення життя, але я сам у собі ношу єдине істинне й істотне життя. Зовсім неможлива думка, що природа мала знищити життя, яке не виникає з неї; адже не я живу ради природи, але вона живе тільки ради мене» [367, с. 214].

Багато геніальних особистостей відчували непідробний жах перед розставанням із життям: Чингізхан, М. Лютер, Наполеон, М. Гоголь, Л. Толстой, З. Фрейд, А. Ейнштейн, Б. Муссоліні... «Більшість людей уникає навіть слова “смерть”, замінюючи її такими виразами, як перехід у кращий світ, забуття, світ інший тощо» [52 с. 7]. Зауважимо, що видатний англійський поет і драматург В. Шекспір (не пізніше 26 квітня 1564–1616) у своїх творах показав страх смерті надзвичайно різнобічно. Він «повідомляє глядачеві страшне відчуття, від якого холодне кров, – відчуття людини, яка, будучи ще сповненою сил, дізнається про загрозу їй загибелі. Шекспір зображує останні хвилини дітей і людей похилого віку, злочинців і героїв, нічим не погрішивши проти природи» [327, с. 197].

У нашій сучасній культурі про цей феномен прийнято мовчати чи філософствувати. Абстрактна смерть нікого не лякає. А якщо все-таки справа доходить до конкретної смерті (смерті близької і дорогої для нас людини чи навіть власної)? З прадавніх часів страх власної смерті – найсильніший з усіх людських страхів. Він є надзвичайно живучий, бо конкретний. І цей пекельний жах часто приводить людину до крамольної думки про недоцільність життя і мізерність нашої ролі на землі. «Народжується дитина – у неї декілька бар'єрів захисту перед смертю: прадідусі, прабабусі, дідусі і бабусі, мати, батько. Людина дорослішає, і померли вже прадідусі й прабабусі, а через деякий

час ідуть в інший світ дідусі й бабусі, і ось перед нею всього лише один рівень захисту: її батько й мати, але померли і вони, і вона вже перед лицем смерті. Хтось раніше вийшов на цей рубіж, хтось – пізніше, але однаково колись вийде. Тепер є час і подумати про смерть» [52 с. 8].

Учені спостерегли дивну амбівалентність ставлення до смерті: з одного боку, ми боїмося її, з другого – відчуваємося безсмертними. «Ми завжди розглядаємо смерть як те, що стосується інших, а не нас. Ми плануємо наше життя, поїздки, зустрічі, справи, але в наші плани чомусь не входить смерть, хоча це найбільш неспростовний факт.<...> У чому ж причина такого парадоксу? Напевно, причина в тому, що, будучи частиною Вічного розуму, ми помилково переносимо відчуття безсмертя на своє тлінне тіло. У результаті люди сприймають своє тіло і те, що з ним пов'язане, як єдину постійну цінність. Ми боїмося її, але разом з цим нам надзвичайно цікаво – а що ж буде після смерті? Ось чому люди з тривожною цікавістю читають книжки про смерть, намагаючись неспішно зазирнути в невідоме» [52 с. 8–9].

Є гіпотеза, що страх смерті складається з кількох окремих страхів. Так, обробивши результати опитування, в якому взяло участь 565 осіб, Дж. Діггорі й Д. Ротман склали список найбільш поширених страхів (у порядку їх спадання): 1) моя смерть спричинить горе рідним і близьким; 2) усім моїм планам і починанням настане кінець; 3) процес помирання може відбуватися в муках; 4) я вже не зможу нічого відчувати; 5) я вже не зможу піклуватися про тих, хто залежить від мене; 6) я боюся того, що зі мною буде, якщо виявиться, що є життя після смерті; 7) я боюся того, що буде з моїм тілом після смерті. Деякі з цих страхів, вважає американський екзистенціальний психолог, філософ і психотерапевт *І. Ялом*, напевно, не мають прямого відношення до смерті. Страх болю, без сумніву, перебуває по той бік смерті; страх посмертного життя позбавляє смерть її сенсу як кінцевої події; страх за інших – це не страх, що пов'язаний із собою. Страх власного зникнення – ось що повинно складати суть занепокоєння: «Моїм планам і починанням настане кінець» і «Я вже нічого не зможу відчувати» [415 с. 50–51].

В основі філософських поглядів на смерть Ж. Хорн виокремлює три типи страху: 1) страх того, що настає після смерті; 2) страх самої «події» помирання; 3) страх припинення буття. Перші два з них (згідно з Р. Кастенбаумом) – це страхи того, що пов'язано зі смертю, третій страх – це страх «зупинки буття» (знищення, зникнення, анігіляції), ближчий до власне страху смерті [415, с. 50].

У світовій культурі зі смертю пов'язані навіть цифри. Багато людей бояться тринадцятки, хоч і не можуть пояснити, чим їх лякає це число. Цифри в деяких народів позначались буквами. У давніх євреїв, наприклад, число 13 і слово «смерть» писалися одним знаком. «Ось наскільки сильний страх смерті, що, навіть не знаючи числа 13, ми однаково намагаємося уникати його. В Японії уникають цифри 4, але з тієї ж причини: під час читання ієрогліфа 4 – «си» – він звучить як інший ієрогліф, що означає «смерть». В японських лікарнях неможливо знайти палати з номером 4, а якщо споруда багатоповерхова, то в покажчику ліфта немає четвертого поверху» [302, с. 89].

Дослідники вважають, що страх смерті викликають (провокують) певні життєві ситуації (екстремальні події). До таких, на думку І. Ялома, належать: горе від втрати коханої людини; смертельна хвороба; розрив любовних стосунків; життєві віхи – наприклад, 50-, 60-, 70-річчя; тяжке потрясіння – пожежа, звалтування, пограбування; залишення дому дорослими дітьми (ситуація «порожнього гнізда»); втрата роботи, зміна сфери діяльності; вихід на пенсію; переїзд у будинок престарілих; незвичайні за силою сновидіння, що передають послання з глибин нашого «Я» [414 с. 52].

Безумовно, універсальною реакцією людини на смерть є її неприйняття, тому «страх смерті викликає в душі людини біль, неймовірні страждання і сприяє консолідації уявлень про смерть як про найстрашніше зло в існуванні людства» [191, с. 74]. Такі думки ми зустрічаємо в багатьох мислителів. Приміром, російський філософ і богослов *С. Булгаков* (1871–1944) писав, що «туга буття мовчазно засвідчує, що воно отруєно небуттям, і життя несе в собі смерть. Разом з гріхом у світ увійшла й

смерть, як начало вороже буттю, що його руйнує» [48, с. 76]. А *В. Соловйов* (1853–1900) у своїй філософській концепції всеєдності тлумачив Бога як всеєдність, яка є, а природу й людський світ – як всеєдність, що перебуває на стадії свого становлення. Завдання людини, підкреслював мислитель, полягає в подоланні недосконалості і зла, усуненні всього, що може перешкоджати воз'єднанню всіх людей і Бога. У філософії *В. Соловйова* любов є силою, яка збирає всеєдність, а смерть, навпаки, – силою, яка руйнує її. Причому смерть – це найбільше на Землі зло (до речі, зороастризм – перша у світі релігія одкровення, вважав смерть найбільшим у світі злом ще задовго до нашої ери, тобто до народження Ісуса Христа). Індивід сприймає смерть як нестерпне протиріччя, яке тривожить його все життя. Це зло неможливо подолати ні релігійною проповіддю, ні смиренням. «Людина, що думає тільки про себе, не може примиритися з думкою про власну смерть; людина, що думає про інших, не може примиритися з думкою про смерть інших...» [324, с. 632].

У «Поемі про смерть» релігійний філософ *Л. Карсавін* (1882–1952) утверджував загальний характер страждання, яким пройняте і людське життя, і смерть, і посмертне буття. Смерть у нього не є кінцем життя, переходом до вічного блаженства, хоч навіть при думці про неї всі людські радощі і прикраси, бажання, почуття і настрої втрачають свою значущість. «Смерть не кінець життя, а – початок нескінченної пекельної муки. У смерті все те, що померло, оживає, але немовби для того, щоб не зникла моя свідомість, щоб цілком і достовірно переживав я вічне вмирання у нескінченному вмиранні світу» [148, с. 225]. Отже, смерть у цього мислителя має не тільки негативний, але й позитивний метафізичний сенс.

Чи можливо якось послабити страх смерті чи бодай пояснити, адже те, що ми змогли пояснити і зрозуміти, стає менш страшним. Люди містично боялися грому і блискавки доти, поки не пізнали їхньої причини. А, можливо, краще нічого не пояснювати, а просто й не думати про те, що колись доведеться вмирати? «Однак, смерть від того, що про неї не думають, не зникне, і страх смерті також не зникне, а піде глибше, у підсві-

домість. Там він буде небезпечнішим і шкідливішим, ніж будучи усвідомленим; його прихована отрута буде весь час отруювати радість життя, а в кінці його прорветься назовні тяжкими стражданнями» [141, с. 120]. Заплющуючи очі й не думаючи, позбутися від страху смерті не вдасться. Смерть не тільки природна, але й неминуча. Однак пам'ятати й думати про смерть не означає боятися її. Пам'ять про смерть необхідна й благородна для повноцінного і гідного людського існування. Ще в Стародавньому Римі вчили – «Memento mori» («Пам'ятай про смерть») [319, с. 1].

Ще *Епікур* на чільне місце своїх філософських роздумів поставив проблему позбавлення від страху, у тому числі від страху смерті (як і від самої смерті). «Геніальність цього мислителя в тому, що він передбачив сучасний погляд на несвідоме, адже більшість людей не усвідомлює страху смерті» [414, с. 102]. Від страху смерті давньогрецький мудрець «рятував» людину, елімінуючи саме післясмертне існування «Я» як «іншого Я», яке «могло б оплакувати свою власну втрату, і стоячи, спускати стогін, при баченні самого себе, розпростертого на землі і відданого на поталу тваринам і вогню» [68, с. 145]. Російський релігійний філософ *Б. Вишеславцев* (1877–1954) наголошував, що *Епікур* багато в чому мав рацію, коли говорив про марноту смерті, адже метафізичний страх (страх смерті) можна просто знищити шляхом знищення потойбічного, трансцендентного. Справді, «Я» і «ніщо» ніколи не зустрічаються. Якщо немає мене, то немає і смерті [57, с. 78]. Взагалі античні греки, намагалися переборювати страх небуття шляхом концентрації духу, зусиллями живої думки, навіть виховували в собі презирство до смерті.

Слід зауважити, що в конкретні історично-культурні епохи через призму певних духовних цінностей страх смерті мав свої специфічні форми.

Французький філософ, літератор і фізик *Б. Паскаль* у XVII ст., послуговуючись екзистенціальним розумінням людського буття, підкреслював, що «немає для людини нічого важливішого, ніж її доля; немає для неї нічого страшнішого, ніж

вічність» [260, с. 193]. Він доводив, що саме смерть відкриває ворота жахливої вічності і загрожує цим кожному мить людського життя. Жах викликає і думка про щохвилину можливість смерті (і вічності), і неминучість смерті, і незнання про «змістовне» наповнення екзистенціальної вічності людини – «вічного небуття, вічних мук». Філософ підкреслював, що без напруженого осягнення власної участі, подолання страху смерті і боротьби із самою смертю не може скластися справжнє людське буття.

Доречно згадати ставлення до смерті і страху смерті З. Фрейда. Приміром, Л. Тріллінг у передмові до офіційної біографії майстра психоаналізу, написаної його послідовником – англійським психоаналітиком Е. Джонсом, зауважував, що «у міру старіння, він (З. Фрейд – прим. М. М.) починає відчувати велику втому, часто говорить про знесителість, його все більше й більше поглинає думка про смерть» [99, с. 9]. Тобто особливе відчуття страху перед небуттям, перед смертю було властиве З. Фрейдові, але він постійно «вмикав» дуже дієвий механізм психологічного захисту для боротьби із ним. «Кожен, хто читав його листи чи щось про його спосіб життя останніх років, може зрозуміти, що Фрейд до кінця своїх днів зберігав життєві сили, відганяв навіть саму думку про смерть» [99, с. 9]. Учений намагався не думати про смерть, натомість багато працював. Так, у 70 років він зробив радикально переосмислив свою теорію неврозів, виклавши зміни у праці «Гальмування, симптом і страх». У США вона була опублікована під заголовком «Проблема страху», а в російському перекладі книга вийшла під назвою «Страх». Важливим засобом подолання страху смерті в З. Фрейда було цілеспрямоване вироблення ціннісного ставлення до самого себе (його, до речі, важко, а часто й неможливо підтримувати багатьом людям похилого віку). У старості він зберіг «...безпосередній, здоровий творчий інтерес до себе. Він вчувається нам навіть у його висловах про стомленість і відчай» [99, с. 9]. Біографи цього видатного австрійця підкреслюють, що «героїчний егоїзм» дав можливість З. Фрейду, котрий уже був за крок від смерті, у 83-річному віці написати «Нарис про психо-

аналіз» і «стати секретом його (З. Фрейда – прим. М. М.) морального буття» [99, с. 11].

Учений став основоположником культу заперечення смерті, який потім було розвинуто багатьма психологами і психотерапевтами. У 1923 р. він говорив: «Гучна фраза «будь-який страх є кінець кінцем страх смерті» ледве чи має якийсь сенс, і в усякому разі, не може знайти підтвердження». Пізніше З. Фрейд дійшов невтішного висновку про те, що «страх смерті, як і совість, є розвитком страху кастрації» [415, с. 76]. У праці «Наше ставлення до смерті» він, аналізуючи причини заперечення смерті, а також спробу людини подолати смерть шляхом створення міфів про безсмертя; усвідомлював формотворчу роль смерті щодо життя. «Якщо хочеш приймати життя, приготуйся до смерті», – повчав З. Фрейд. Він вірив, що завдання терапевта – допомагати пацієнтові прийняти життя. Проте якщо не враховувати процитованого афоризму, то видатний австрієць за все життя «не сказав жодного слова про підготовку до смерті і роль концепції смерті в психотерапії» [415, с. 76].

З. Фрейд не розглядав страх смерті як первинне джерело тривоги, можливо, тому, що ця проблема здавалася настільки простою, що він не вважав за потрібне докладно аргументувати свою позицію. Напевно, учений «виключив смерть із динамічної теорії з необґрунтованих причин, що впливають із двох основних джерел: по-перше, через застарілу теоретичну модель поведінки і, по-друге, через невгамовану жагу власної слави» [415, с. 78].

Американський психіатр і психотерапевт Ірвін Девід Ялом тему страху смерті сміливо виніс на відкрите обговорення, пішовши на «конфронтацію» з її «привидом», що стало яскравою кульмінацією справи всього його життя. Напевно, ніхто до нього не наважувався так щиро і прямо говорити про те, що хвилює всіх без винятку, – про скінченність людського життя. Смерть близьких і значущих людей, на думку вченого, може ставити індивіда перед фактом власної смерті. Смерть є невідвротна, кінцева реальність буття. Учений стверджував, що релігійні переконання зменшують страх смерті у багатьох людей, але вони є лише «спробою “обійти” тему смерті: смерть запереч-

чується, вона не конечна, смерть “обезсмерчується”. Тому я не довіряю утіхам, які пропонують релігії, і не пишу про них» [414, с. 234].

Страх смерті можна і слід долати. Ефективним засобом для цього можуть бути близькі і насичені взаємини з людьми. Для цього треба підтримувати і зміцнювати давні дружні стосунки, бо в людей не можуть з’являтися нові старі друзі. Означений страх можна долати або вгамовувати за допомогою праці. Український поет, автор відомої пісні «Чорнобrivці» М. Сингаївський (1936–2013) наголошував, що з п’яти років знав «одну педагогіку, ім’я якій – виховання працею» [202, с. 12]. На думку митця, його покоління лінуватися, напевно, і не вміло. Щоб вижити, порятуватися від смерті і до Другої світової війни, й у війну, і після неї «і малі й дорослі трудилися з усіх сил» [202, с. 12].

Потрапляння західної філософської думки у свідомість східних народів сприяло появі синкретичних філософських міркувань. Виділимо кілька підходів до смерті і страху смерті відомих індійських філософів Ошо (Бхагаван Шрі Раджніш) та Джидду Крішнамурті. Так, *Ошо* (1931–1990) говорив: «Навіть невелика хвороба нас лякає, і ми непритомніємо, – що тоді говорити про жахливу думку про смерть? Сама ідея смерті вбиває нас! Ми непритомніємо, і в цьому несвідомому стані трапляється смерть. Таким чином, коли я називаю смерть ілюзією, я не маю на увазі ілюзію, яка проходить із тілом чи з душею. Я називаю її соціальною ілюзією – яку ми культивуємо в кожній людині з дитинства. Ми насаджуємо в кожній дитині ідею: “Ти помреш, і смерть проходить так-то і так-то”. І до того часу, коли дитина виростає, вона дізнається про всі симптоми смерті, і коли ці симптоми виявляються придатними до неї, вона просто заплющує очі й непритомніє. Вона потрапляє під гіпноз» [254 с. 34–35]. Ошо виступав проти такого підходу, натомість акцентуючи на новій техніці активної медитації. Вона ґрунтується на тому, що в стан смерті людині потрібно увійти свідомо. «У Тибеті ця техніка відома як Бардо. Таким же чином, як людину соціально «гіпнотизують» у той момент, коли вона помирає, у Бардо тому,

хто вмирає, роблять антигіпнотичне навіювання. У Бардо люди збираються навколо вмираючого, і сільський священик чи монах говорить: “Ти не помираєш, тому що ніхто ніколи не вмирав. Ти підеш розслабленим і в повній свідомості...”. Людина заплющує очі, і їй описують весь процес: як її життєва енергія покидає ноги, руки, і тепер вона не може говорити, тощо – і однаково, говорять цій людині, що вона сама все ще є, вона залишається... Жодних сліз, жодного плачу; ніхто нічого більше не робить... У той день, коли у цьому світі пануватиме більш здорове ставлення до смерті, Бардо стане не потрібним. Але ми – дуже нездорові люди; ми живемо під владою ілюзії, і через цю ілюзію залишається важливою протиотрута. Щоразу, коли хтось помирає, всі його близькі повинні зробити спробу розбити ілюзію того, що він помирає... Коли свідомість виходить із тіла, це відбувається не відразу; все тіло не помирає водночас. Свідомість стискається в середину, помалу покидає кожну з частин тіла. Вона від’єднується у кілька стадій, і всі стадії цього процесу можна перелічувати тому, хто вмирає, щоб допомогти йому залишитися при пам’яті...» [254 с. 35–36].

За Ошо, свідомо ніхто ніколи не може померти, бо весь час продовжує усвідомлювати, що не помирає, що в ньому помирає щось, але не він сам. Людина продовжує спостерігати це відділення і кінець кінцем бачить, що її тіло лежить збоку від неї, на відстані. Тоді смерть, наголошував мислитель, виявляється просто відділенням; вона рівнозначна розриву зв’язку. Немовби індивід виходить із дому, а члени його сім’ї, не уявляючи світ за стінами дому, підходять до дверей і зі сльозами прощаються з ним, відчуваючи, що людина, з якою вони прийшли, попрощатися померла.

«Смерть, – говорив Ошо, – це роз’єднання тіла і свідомості. Називати це роз’єднання смертю немає сенсу, – це просто послаблення, руйнація зв’язку. Таким чином, стверджував мислитель, той, хто помирає, насправді ніколи не помирає, тому для нього питання смерті ніколи не виникає. Він навіть не називає смерть ілюзією. Він навіть не говорить, хто помирає, а хто ні. Він просто каже, що те, що ми до вчорашнього дня

називали життям, було просто асоціативним рядом. Цей асоціативний ряд повинен бути зруйнованим. Тепер розпочалося нове життя, яке не входить у попередній асоціативний ряд. Може бути, що це новий зв'язок, нова подорож» [254 с. 37–38].

Померти у стані усвідомленості можливо лише тоді, коли людина проживе життя усвідомлено. Якщо індивід навчився свідомо жити, то немає сумніву в тому, що він зможе свідомо й померти, бо «смерть – явище життя; вона проходить у житті. Іншими словами, смерть – фінальне здійснення того, що ти розумієш під життям, Це не явище, яке відбувається поза життям» [254 с. 38].

Щодо багатьох феноменів людського буття в культурах Заходу і Сходу є свої специфічні підходи. Це стосується і проблеми смерті. На думку Ошо, не виправдано табуванням на Заході є саме слово «смерть». Якщо хтось говорить про смерть, його будуть вважати не зовсім нормальною людиною. Зате сексу там надана абсолютна свобода. На Сході – усе навпаки: секс подавлений, татуйований, а про смерть говорять абсолютно вільно і багато. «На Сході, коли тебе хочуть змусити усвідомити, що життя брудне, у це вносять ідею жінки, на Заході, коли тебе хочуть змусити усвідомити, що життя прекрасне, знову вносять ідею жінки... Сексуальна порнографія залежить від тіла жінки, і порнографія смерті також залежить від тіла жінки» [254, с. 40]. У цьому виявляється певний парадокс: для характеристики і життя, і смерті потрібне тіло жінки. Проте Ошо говорить, що «секс і смерть існують разом, вони взаємопов'язані. Це, фактично, не дві речі, але одна й та ж сама енергія у двох станах: активному і неактивному, інь і ян» [254, с. 41]. Кожної миті ти – водночас життя і смерть. Ти це розумієш і виходиш за межі двоїстості. Коли смерть проникає в життя, народжується самодисципліна. Тоді ти живеш, але живеш, завжди пам'ятаючи про смерть. Виявляється, життя не є єдиною ціллю, її частиною є смерть. «“Як жити?” – запитує Ошо і відповідає, – “Так, щоб не лише життя ставало кульмінацією блаженства, але щоб і смерть досягала високої точки, бо смерть – кульмінація життя”» [254, с. 42].

Досить цікавим і специфічним є підхід цього філософа до з'ясування того, чого ж насправді боїться людина: смерті чи життя. Його відповідь для багатьох представників європейської культури видавалася дещо незвичною, парадоксальною і навіть шокуючою. Ошо вважав, що ніхто насправді не боїться смерті. І це тому, що саме б життя стало неможливим. «Природа не хоче, щоб ти відчував страх смерті, з тієї простої причини, що якщо страх смерті стане приголомшливим, ти не зможеш жити. Життя можна прожити, тільки якщо так чи інакше ти будеш продовжувати вірити, що будеш залишатися тут вічно <...> Люди бояться раку, люди бояться СНІДУ, люди бояться осліпнути, люди бояться стати каліками; люди бояться різних речей, які можуть трапитися в старості; вони бояться старості. Ніхто не боїться смерті. Смерть чиста – чому людина повинна боятися смерті? Фактично чим ближче ти підходиш до старості і до смерті, тим більше починаєш сподіватися, що смерть прийде скоро. Смерть абсолютно чиста і нічим не споганена. Вона ніколи нікого не турбувала, вона ніколи нікого не мучила. Ніхто не боїться смерті. Люди, без сумніву, бояться того, що доведеться лежати в незнайомій постелі в якійсь лікарні – ноги вгору, руки вниз, різноманітні інструменти приєднані до голови і грудей... Люди бояться всього цього, але не смерті» [254, с. 114–115].

Люди, на думку Ошо, бояться не смерті, а життя, яке само по собі є проблемою, що потребує розв'язання. Життя складне. У ньому є багато вимірів, і тому людина постійно тривожиться. Чи у правильному вимірі ти перебуваєш зараз, чи, можливо, правильний вимір ти залишив десь далеко позаду? Щоб ти не робив, цей знак питання ніколи тебе не покидає. Кожен живе у постійному хаосі. Люди, вважав Ошо, по-справжньому не живуть. Вони обмежують себе певними «огорожами» і там за ними висаджують «прекрасні англійські сади», де все симетрично, доглянуто. Але справжнє життя може бути лише «диким – диким у любові, диким у пісні, диким у танці». А це породжує страх. Тому люди й бояться життя.

Ошо і його послідовники створювали певні поселення (комуни) на американському континенті (у США, у штаті Орегон –

м. Раджнешпурам), у великих європейських країнах, Японії і в себе на батьківщині (в Індії, зокрема в м. Пуна), щоб на практиці підтвердити правоту своїх ідей. «Я не прийшов учити вас, я прийшов розбудити вас», – пояснював філософ [252]. При цьому він звертався до всіх і до кожного: «Відкинь страх життя... Тому що ти можеш або боятися, або жити; це у твоїх руках. Чого тобі боятися? Ти нічого не можеш втратити. Ти можеш виграти все. Відкинь усі страхи і стрибни тотально в життя. Тоді одного разу смерть прийде, як бажаний гість, не ворог, і ти будеш насолоджуватись смертю більш, ніж насолоджувався життям, тому що і в смерті є свої принади. І смерть дуже рідкісна, бо трапляється лише вряди-годи – життя відбувається щодня» [254, с. 115–116].

На думку іншого індійського мислителя *Д. Крішнамурті* смерть не є чимось стороннім, відособленим і відокремленим від життя. Вона безпосередня, неосяжна, невідворотна, остаточна, істинна. Ізолюваність чи відчуження – це феномени, які виникають у людей, котрі спостерігали смерть, а точніше, ритуали, пов'язані зі смертю, виникають завдяки розуму.

Філософ підкреслював, що смерть – невідворотний факт. Вона нам настільки близька, як і життя. Без неї немає відновлення і творчості. Тягар минулого породжує його продовження в часі, а тривоги вчорашнього дня дають нове життя сьогоднішнім тривогам. Позбавлення від такої безперервності існує тільки в смерті. У вмиранні закладена радість [173, с. 7]. *Д. Крішнамурті* пов'язував страх з невідомим. Він доводив, що людина думає про невідоме і може відчувати перед ним страх; але думка не може зрозуміти його, оскільки є результатом відомого, результатом досвіду. А оскільки думка не може пізнати невідоме, вона його боїться. Страх залишається доти, доки думка намагається пережити невідоме, зрозуміти його. Людина, яка живе на землі, хоче знати, що таке смерть, але чи знає вона, що таке життя? Життя вона знає, на думку філософа, як конфлікт, сум'яття, антагонізм, швидкоплинні радощі і страждання. «Невже це життя? Невже боротьба і скорбота – це життя? Ось у такому стані, який ви називаєте життям, ви хочете пережити те,

що не перебуває в полі зору вашої свідомості... Смерть – це не те, що протилежне життю. Смерть є невідоме. Те, що належить відомому, прагне пережити смерть, невідоме; але, що б ви не робили, воно не в змозі мати досвід смерті, і ось чому воно наповнено страхом» [174, с. 42]. Отже, за Д. Крішнамурті, людина не може мати досвіду смерті, тому вона й боїться. Свідомість не здатна переживати такий стан, який через неї не проявляється. Те, що індивід може пережити, – це проекція свідомості, тобто відоме. Відоме може переживати те, що відомо; досвід завжди міститься в межах відомого; відоме не може переживати те, що перебуває поза його межами [174, с. 42].

Індійський філософ вважав, що той, хто пізнає, потребує, прагне невідомого; але оскільки той, хто пізнає, не може «ввійти» в стан переживання, ним оволодіває страх. Він сам є страх, він невіддільний від страху. Той, хто відчуває страх, зовсім не є тим, хто спостерігає цей страх; він є сам страх, справжній засіб страху. Людину, за Д. Крішнамурті, не можна відділити від її властивостей, думок. Думка створює «Я». Без думки немає і того, хто думає. Мислитель зазначав, що люди не в змозі переживати смерть, тож у них з'являється страх. Смерть – невідоме. Людина боїться невідомого. Тут виникає питання: чи може боятися індивід того, чого він не знає? Так чого ж насправді боїться людина? Д. Крішнамурті намагався переконати, що ми боїмося зовсім не того, що невідоме, – у даному разі смерті, – а ми боїмося втратити відоме, оскільки це може спричинити страждання чи позбавити нас радості і почуття задоволення. Людина чіпляється за відоме, за досвід, тому й боїться того, чим може виявитися майбутнє. Ми боїмося не лише того, що може бути в майбутньому, але й того, що може бути в теперішньому – знати самих себе, які ми є. Це є намагання уникнути того, що є, змушує нас боятися того, що *може* бути. До відомого ми наближаємося зі страхом, і з тим самим страхом підходимо до невідомого, до смерті. Ми шукаємо безпеки, постійно вимагаємо, щоб ніщо не турбувало; ось це бажання втекти від турбот і хвилювань спонукає нас тікати від того, що є, і боятися того, що може бути. Щоб визволитися від чогось, потрібно зрозуміти

це (від чого потрібно позбутися: чи це страх, чи, може, це бажання не бачити те, що є). Саме бажання не бачити те, що є, породжує страх. Те, що є, можна зрозуміти тільки у взаємозв'язку з іншим, не можна віддалятися від людей, перебувати в ізоляції, не потрібно спиратися на перекладачів і тлумачів. Важливою умовою є пасивність розуму, коли він не продукує жодних дій відносно до того, що є [174, с. 42–43].

Часто люди бажають втекти від факту смерті за допомогою того чи іншого вірування, типу, вчення про перевтілення і воскресіння з мертвих, або нескладних міркувань. Д. Крішнамурті вважав, що розум наш настільки хоче знайти раціональне пояснення смерті чи відповідь, яка б задовольняла відповідно до цієї проблеми, що наражається на загрозу зісковзнути в сферу ілюзії. Людина шукає впевненості, і особливо від тих, хто, на їхню думку, компетентний у цьому питанні. Якщо такої впевненості не здобуто, то тоді з'являються вірування й теорії. Таким чином, віра, – найбільш несамовита чи найбільш поміркована, – стає необхідною. Страх смерті приходить тоді, коли індивід утікає від факту, від того, що є. Яку б утіху не давала віра, вона має у собі зерно страху. Індивід відгороджується від страху смерті, бо не хоче подивитися на нього прямо; вірування і теорії пропонують йому для цього легкий шлях. Розум, якщо він бажає вияснити незвичайне значення смерті, повинен зовсім легко і без опору відкинути своє бажання одержати підбадьорливу втіху [174, с. 141–142]. Погляди Д. Крішнамурті на проблему смерті і страху смерті входили в його концепцію свободи людини. Він прагнув «звільнити людей від страху і залежності, від численних турбот і проблем, від будь-яких догм і упереджених думок...» [111, с. 621].

Важливим у контексті нашого дослідження є ставлення до смерті в японському дзен-буддизмі. Відомо, що дзен-буддизм є адаптованою формою китайського чань-буддизму. Релігійний досвід дзен, заснований на догмах конфуціанства і традиційної японської релігії синтоїзму, – це ідейне джерело для виникнення кодексу честі воїна – бусідо, її філософії й культури. Причому конфуціанство «стало морально-етичною основою бусідо;

буддизм виховав у послідовників бусідо байдужість до смерті» [199]. Усе життя воїна складалося з боротьби за самовдосконалення, оскільки самурай – це тип особистості, спосіб життя і взаємодії з довколишньою реальністю. Вірність і готовність виконати будь-який наказ свого повелителя ставали визначальними якостями для самурая: його життя і смерть залежали тільки від закону честі і самурайського обов'язку. «Воїн самотній у цьому світі, з яким його пов'язує тільки повелитель і обов'язок служіння йому, і самотність веде до розмірковування, самопізнання і відриву від цього світу». Звідси презирство до життя і відсутність боязні смерті в самурайській філософії. Тому «...шлях самурая – це смерть. ...Якщо щоранку і щовечора ти будеш готувати себе до смерті і зможеш жити так, немовби твоє тіло вже померло, ти станеш справжнім самураєм» [416, с. 91–92].

За багато століть свого існування люди винайшли досить велику кількість засобів для того, щоб полегшити чи подолати страх смерті. Деякі з них дійсно мають позитивний ефект, а деякі – сумнівні й неефективні. Різноманітні форми релігійних вірувань (релігійні переконання) зменшують страх смерті багатьох людей. Але є немало вчених, які вважають, що люди за допомогою того чи іншого вірування, типу, вчення про перевтілення і воскресіння з мертвих або нескладних міркувань лише бажають втекти від факту смерті, «намагаються “обійти” тему смерті: смерть заперечується, вона не конечна, смерть “обезсмертнюється”» [414, с. 234].

Дуже дієвим, на нашу думку, сьогодні є екзистенціальний підхід до смерті і до боротьби зі страхом смерті. Тут можна побачити цілий «арсенал» цікавих і ефективних засобів подолання цього страху, який в одних людей існує не явно, замасковано, в інших – відкрито (і може перерости у справжній жах, здатний знищити щастя і задоволення від життя). Сила ідей і глибокий контакт із людьми, справді, допомагають подолати такий страх. Ще Елікур наголошував, що справжня мета філософії – полегшення людських нещасть. Вони закорінені у всюдисущому страху смерті.

Серед багатьох аргументів, що допомагають людям долати означений страх, зацентруємо на трьох найвідоміших: 1) *смертність душі*, 2) *смерть – це ніщо*, 3) *аргумент симетрії*. Стосовно смертності душі, то Епікур вважав, що вона – смертна і зникає разом з тілом. Якщо ми смертні і душа не переживає тіло, нам нічого боятися. Мислитель підкреслював, що ми не будемо нічого усвідомлювати і не будемо шкодувати про втрачене життя. Розглядаючи другий аргумент, він стверджував, що коли ми існуємо, смерті ще немає, а коли смерть є, нас не існує. У такому разі навіщо боятися смерті, якщо ми не можемо відчувати її. Оскільки душа смертна і розсіюється після нашої смерті, то смерть кінець кінцем є ніщо. Те, що розсіялося, не може відчуватися, а все, що не відчувається, не має значення. Найбільш переконливим є третій аргумент великого афінянина. Ідеться про аргумент симетрії. Стан небуття, в який ми потрапляємо після смерті, – це той же самий стан, в якому ми перебували до народження. Ця думка дає нам велику втіху. Виявляється, що два стани небуття – до нашого народження і після смерті – абсолютно однакові, але ми боїмося другого небуття (вічності), а про перше майже не думаємо. Продовження думки давньогрецького мудреця Епікура простежується у багатьох філософів, психологів, письменників сучасності.

Серед інших («старих» і нових) засобів боротьби зі страхом слід виділити такі: ідея «хвилеподібного ефекту» (у термінах І. Ялома [414, с. 107]); прагнення запобігти відчуття «непрожитого життя»; ідеї, що містяться в афоризмах, тощо.

Ідея «хвилеподібного ефекту» полягає в тому, що кожна людина, не знаючи і не думаючи того, поширює навколо себе «концентричні кола» впливу, який може зачіпати інших людей упродовж багатьох років, з покоління в покоління. У матеріальному плані ми можемо продовжуватися у своїх дітях, онуках, правнуках тощо. «Хвилеподібний ефект» зовсім не обов'язково означає, що після нас збережеться ім'я чи образ; швидше, з нашого життєвого досвіду залишаться «якісь особливості, крупинки мудрості, досвіду, утіхи, які перейдуть іншим людям, – не має значення знайомим чи ні» [414, с. 109].

Страх смерті допомагає долати прагнення запобігти відчуття «непрожитого життя». У творі «Так казав Заратустра» Ф. Ніцше обґрунтував ідею вічного повторення (Вічного Повернення), яку проповідував його герой. Пророк Заратустра випробовує людину: «Що, якби вдень чи вночі підкрався до тебе у твою усамітнену самотність демон і сказав би до тебе: “Це життя, як ти його тепер живеш і жив, повинен будеш ти прожити ще раз і ще нескінченну кількість раз; і нічого в ньому не буде нового, але кожен біль і кожне задоволення, кожна думка і кожен подих і все несказанно мале й велике у твоєму житті повинно буде заново повернутися до тебе, і все в тому ж порядку і в такій самій послідовності...”. Чи ти б не кинувся навзнак, скрегочучи зубами і проклинаючи демона, який так говорить?» [244]. Ідея вічного повторення одного і того ж самого життя може примусити нас здригнутися. Слід сказати, що Ф. Ніцше дав урок певної шокової терапії, застерігаючи нас від хвилювання через дрібниці. Людина мусить змінити щось у своєму житті, аби потім, через кілька років, не переживати подібної муки й жалю, яких зазнала в недалекому минулому. Украй погано, коли індивід не зміг реалізувати себе в житті. Чим менший ступінь самореалізації, тим сильнішим може бути страх смерті.

Чимало способів, які дуже ефективно допомагають людині долати страх смерті є в афоризмах [232, с. 67–68]. Український філософ, психоаналітик, засновник метаантропології (учення про вихід людини з буденності в межеве й позамежеве буття) й андрогін-аналізу Н. Хамітов стверджує, що афоризм – це «стріла, яка через розум попадає прямо в серце. Водночас пронизуючи розум і серце, афоризм пробуджує дух. І ще глибше: афоризм з’єднує дух і душу, звільнюючи безмежну енергію особистості і долаючи кризи, які здавалися вічними і нездоланими. Бо афоризм – це концентрація смислу, що робить текст життям. Це текст, переповнений енергією настільки, що стає містком між свідомістю і несвідомим. Саме тому афоризми здатні бути зцілювальною і звільняючою силою там, де інші сили відступили» [383, с. 6–7]. Афоризмотерапія – дієвий метод для боротьби зі страхом небуття, який застосовується сьогодні у філософії

(передусім практичній), психології, психотерапії тощо. Для цього послуговуються не тільки афоризмами зі «скарбниці» світової культури, але й складають (формулюють) власні, залежно від особливостей, пов'язаних із конкретною особистістю, яка потребує індивідуального підходу.

Ми не будемо перелічувати багато афоризмів, що можуть полегшити чи подолати страх смерті. Обмежимося лише одним: «Будь самим собою». Ця думка пройшла довгий і тернистий шлях. Її успішно використовували Аристотель, Й. В. Гете, Г. Ібсен, Г. Лейбніц, А. Маслоу, К. Хорні, І. Ялом та ін. Вона означає самовираження, реалізацію свого потенціалу (тут і зараз), сміливе життя на повну силу, адже лише тоді, коли особистість не допустить непрожитого життя, вона може й померти спокійно, без жалю.

Російські філософи *В. Соловйов* та *І. Ільїн* запропонували свої кардинальні методи боротьби зі страхом смерті. Почуття, яке можна протиставити вічній тривозі людства перед смертю, на думку В. Соловйова, – це *любов*, адже вона стверджує безумовне значення людської індивідуальності в іншому і в собі та виправдовує це безумовне значення в дійсності. Отже, віра і любов позбавляє нас від страху неминучої смерті, наповнюючи життя абсолютним змістом. І. Ільїн у праці «Про опір злу силою» писав про любов, як про досвід морального вдосконалення особистості, що відкриває сенс життя та перемагає страх смерті. «Духовне життя, яке володіє джерелом істинного боголюбивого людинолюбства, знає ціну і спокуси сентиментальної гуманності і не спокушається нею. ...Її бачення давно відкрило їй, чому хвороба може бути кращою, ніж здоров'я, підкорення краще за владу, бідність краща за багатство. І саме сила цього бачення зміцнила її в переконанні, що доблесна смерть завжди краще ганебного життя і що кожна людина визначає себе перед лицем Божим саме тим моментом, який примушує її віддати перевагу смерті» [132, с. 77]. Сила любові, зазначав І. Ільїн, безмежна. Любов може виправдати навіть смерть. «Христос навчав любові, але саме любов підносить багато чого: і жертву неправедності, і жертву життя. Ті, що узяли меч, гинуть від меча, але саме любов

може спонукати людину прийняти і цю загибель. Той, що взяв меч, готовий убити, але він повинен бути готовий, що вб'ють його самого: ось чому прийняття меча є прийняття смерті, і той, хто боїться смерті, той повинен братися за меч. Проте в любові не лише відпадає страх смерті, але й відкриваються ті основи і спонукання, які ведуть до меча» [132, с. 124].

У філософській антропологічній думці (особливо екзистенціальній) акцентувалася увага і на позитивному боці страху людини перед небуттям. Свого часу *М. Гайдеггер* висунув ідею про два модуси існування: повсякденний та онтологічний. Живучи в повсякденному модусі (і особливо переймаючись ним), особистість звертає увагу на такі (незначні) моменти, як зовнішність, престиж, багатство, стиль одягу тощо. Живучи в онтологічному модусі, вона не тільки краще усвідомлює буття, смерть та інші невід'ємні властивості життя, але й отримує більше бажань і можливостей суттєво змінити світ. Тоді індивід готовий узяти на себе основні завдання людини – побудувати справжнє життя, наповнене сенсом, діяльністю, засноване на почутті взаємозв'язку з людьми, що веде до самореалізації. Реалії життя доводять правомірність тверджень *М. Гайдеггера*. Справді, в людей, які усвідомлюють буття, конфронтація зі смертю викликає незворотні зміни (більше позитивні). *І. Ялом* зазначав, що такі особистості «перебудовували своє життя, змінюючи пріоритети, починали ставитися до дрібниць так, як вони того заслуговують... Вони почали глибше спілкуватися з тими, кого любили, і по-справжньому цінувати найпростіші явища життя – зміну пір року, красу природи, минуле Різдво чи Новий рік. Багато людей розповіли, що стали менше боятися інших людей, більш охоче йшли на ризик, менше боялися бути знехтуваними» [414, с. 49].

Усвідомлюючи невідворотність небуття, уже перед самою смертю, є немало тих, хто мріє бодай на короткий час продовжити життя і змінити при цьому як свою поведінку, так і ставлення до людей і світу. Одна відома людина висловила цікаву думку з цього приводу: «Якби в мене було ще трохи життя, я не пропустив би і дня, аби не сказати близьким людям, що їх

люблю. Я не сказав би всього, що думаю; я більше б думав про те, що кажу. Я б цінував речі не за їхньою вартістю, а за їхньою значущістю. Я спав би менше, мріяв більше, усвідомлюючи, що кожна хвилина із заплющеними очима – це втрата шістдесят секунд світла... Я ходив би, коли інші від цього втримуються, я прокидався б, коли інші сплять, я слухав би, коли інші говорять» [106, с. 136].

Неможливо не згодитися з представниками як Східної, так і Західної культур, які звертають увагу людства на те, що ставлення до смерті у сучасному світі не має належного їй – високого – пошанування. На думку деяких учених, «ставлення до смерті – еталон, індикатор характеру цивілізації. У сприйнятті смерті виявляються таємниці людської особистості» [15, с. 6]. І на Сході, і на Заході є свої крайнощі, але є багато представників філософії, психології й інших наук, які підкреслюють: доки ми будемо невігласами в тлумаченні цього, можливо, найголовнішого екзистенціалу буття, не знатимемо смерті, доки не сприйматимемо її, як явище, властиве нашому життю, що не відбувається десь поза нами, то будемо постійно переживати не просто страх, а його граничну точку – жах. Філософська антропологія європейського зразка підкреслює деякі моменти стосовно того, чому смерть викликає надзвичайний страх. Для багатьох людей смерть – це щось подібне до сну, але без сновидінь. Сон ранком скінчиться, а смерть – це назавжди. Жахливо втрачати все те, що ми любимо на землі. Дуже бентежить і невідоме: а що ж із нами буде? Невідоме, напевно, буде відбуватися незалежно від нас, від нашого бажання, і ми нічого не зможемо зробити. І таким чином ми прагнемо забути (тобто застосовуємо все той же відомий психологічний механізм захисту, який на певний час дає ефект), що смерть неминуча.

Усі люди, рано чи пізно помираючи, зустрінуться з новим досвідом, переживуть і побачать багато такого, про що не замислювалися і не чекали. «Отримавши досвід переживання смерті, ми будемо менше страждати і відчувати менше страху. Процес переходу від буття до небуття може бути трагічним, але може бути й легким, як перехід від неспання до сну» [52, с. 9].

Людина все-таки є вінцем природи, вона має вагомі здобутки у сфері матеріальної і духовної культури. Особистість не повинна бути пасивним заручником смерті, а може хоч певний час панувати над своїм страхом. Наші пращури готувалися до смерті заздалегідь. Чому б це не робити і нам? Тоді й помирання у дійсності буде не тяжким і матиме багато пристойних рис.

Сучасні практична філософія і психологія розробляють і пропонують, на нашу думку, досить цікаві напрацювання в цьому плані. У Російській академії ірраціональної психології, наприклад, є спеціальна програма «Віч-на-віч зі смертю» [52, с 9]. Вона ґрунтується на досвіді Сходу (передусім Індії) і містить особливий тренінг, в який входять такі блоки:

1. Індивідуальне сприйняття смерті кожним учасником тренінгу.

2. Переживання перед смертю.

3. Переживання після смерті.

4. Перепрограмування дати смерті.

5. Присутність на власному похороні, відспівуванні і поминках.

6. Відвідування своєї могили через декілька місяців і років.

7. Вправа: вам залишилося жити 3 роки, 1 рік і три місяці.

8. Надвиживання: як підготувати себе до екстремальних ситуацій.

9. Договір зі смертю.

10. Спілкування з тими, хто помирає.

11. Спілкування з людьми, які перенесли утрату близьких.

Уже більше 30-ти років росіяни проводять унікальні експерименти з перепрограмування дати смерті. По-різному можна ставитися до таких практик. Але позитивним при цьому є те, що тисячі людей, які погодилися брати участь у подібних сміливих експериментах, здобули можливість зазирнути у свій фатальний день (і, на їхню думку, відтягнути його на багато років), подолати страх. «Якщо уявити людину як великий надзвичайно потужний комп'ютер з великою кількістю програм, що піддаються корегуванню, то можна перепрограмувати і власну смерть. Дата її в кожного із нас запрограмована в підсвідомості, яка знає все,

і під гіпнозом будь-яка людина здатна не тільки назвати її, але й побачити обставини своєї кончини» [52, с. 10].

Із 40–50-х років XX століття переживання стану страху індивіда, задіяного в нескінченних конфлікти, виснаженого безперервними труднощами й тривогами, вимушеного наосліп обирати свої життєві шляхи, охопило всі вікові категорії людей, включно з молоддю. Саме існування людини тепер уявлялось як щось незрозуміле і випадкове, нав'язане їй ззовні. Людина раптом усвідомила, що вона смертна в тому кінцевому і безповоротному смислі, який у релігійних уявленнях був просто неможливим.

Скінченність буття породила страх перед смертю, перед небуттям. «...У самій основі людини лежить конфлікт між бажанням продовжувати життя і усвідомленням неминучості смерті... Реальність смерті руйнує нас фізично...» [113, с. 593]. «Люди бояться смерті, як малі діти темряви, – говорив ще англійський філософ Ф. Бекон, – і як у дітей цей вроджений страх посилюється казками, точнісінько також і страх смерті» [303, с. 4]. Причому це зовсім не той страх, який супроводжує смерть глибоко релігійної людини. У рамках релігійної свідомості (передусім у християнстві) страх смерті насамперед пов'язаний із рефлексивним осмисленням життя і вирішенням для себе питання, яким я постану перед «судом Божим». Сама рефлексивність релігійного уявлення про смерть не лише змушує людину осмислити своє майбутнє буття, «наповнює нас мудрістю і збагачує наше життя» [113, с. 593], але й може стати і підґрунтям для здійснення вчинків, які призводять навіть до смерті, водночас підносячи душу й особистість. Християнська релігія говорить, що душа людини не помирає, вона безсмертна і після смерті тіла переходить в іншу реальність і продовжує там реальне життя. «Щасливі ті, хто може вірити просто й глибоко, не занурюючись у жодні розмірковування. Їх життя світліше й краще» [141, с. 3]. Сучасна людина, навіть та, що вірить в Бога, звикла думати, міркувати, знаходити підтвердження тих чи інших істин. Є кілька шляхів, які ведуть до істини. Про них ще в епоху Середньовіччя говорив великий авторитет християнської

церкви «ангельський доктор» Тома Аквінський (1225–1274). Один – це шлях одкровення, короткий і безпосередній. Інший – складний і довгий, він потребує розуму, знання і пошуків. Невіра ніколи не буває результатом знання. «Той хто стверджує, що знання руйнує віру, – обманює» [141, с. 3]. П. Калиновський підкреслює, що в наш час наука «підтвердила вчення християнства про продовження життя після смерті. Вийшовши з померлого тіла, душа людини переходить в інші умови існування і продовжує там жити. Це означає, що крім знайомого нам матеріального світу існує інша реальність, яку ми, живучи на землі, не можемо досягнути» [141, с. 180–181].

Смерть наявна ще в утробі матері. «Ембріональні клітини діляться, ростуть і групуються, частина з них тимчасова, перехідна. Це немовби органічні фанти, що переходять у тривалій пам'яті еволюції на шляху до правильної структури... Деякі наші органи починають помирати задовго до того, як ми народжуємося. Клітини і тканини змінюють одна одну в постійному динамічному процесі, де життя і смерть настільки пов'язані одне з одним, що майже нерозрізненні. Смерть виступає як найважливіша частина навіть найбільш юного життя...» [117, с. 215].

Дитина рано починає цікавитися природою смерті, але її первинний інтерес здебільшого має пізнавальний характер, зливаючись із питанням «Звідки з'являються і куди зникають люди?», при цьому одержана інформація не поширюється на себе: усі помруть, а я залишусь [163, с. 89]. У 5 років діти ототожнюють смерть із мерцем, сприймають її як фізичний стан нерухомості й неприємності; між 5–6-м і 8–9-м роками смерть починають переоцінювати, уявляючи її у вигляді окремої істоти, наділеної таємничими й жахливими властивостями (викрадати і забирати з собою); 9–12-річні діти трактують смерть не як зовнішню силу, а як природне, універсальне й нездоланне явище (але більшість із них не поширює це нове знання на самих себе); у підлітковому та юнацькому віці тема смерті звучить дуже гостро, але неоднозначно: в одних це відродження ірраціональних дитячих страхів, у других – нова інтелектуальна проблема, пов'язана з ідеєю часу («я не хочу знати, коли я помру; я хочу знати, чи не

народжусь я знову після смерті» [343, с. 591]); у третіх – питання звучить екзистенційно-трагічно («я – ніщо; я дуже боюся смерті; я невільно запитую себе: як можуть люди радіти, сумувати, навчатися, якщо «всі там будемо»?[163, с. 90]).

Діти й тема смерті є актуальною й малодослідженою проблемою сьогодення. Слід зазначити, що літератури з цієї тематики зовсім мало, до того ж вона досить поверхова. Бракує емпіричних досліджень дитячих концепцій смерті.

Вище ми говорили про те, що тема смерті вельми цікавить дітей. Їх занепокоєння смертю має всепроникний характер і значно впливає на їхні переживання. Для них смерть – «величезна загадка, а подолання страхів немічності й руйнації – одне з основних завдань розвитку, а що стосується сексуальних проблем, то вони вторинні й похідні» [415, с. 87–88]. На різних вікових етапах свого розвитку діти по-різному усвідомлюють цей феномен і використовують при цьому свої засоби боротьби зі страхом смерті.

І. Ялом пояснював, чому складно встановити, що саме знає дитина про смерть. У малят недостатній розвиток мови й абстрактного мислення. Істотну роль відіграє й певна упередженість дорослих. Вони уникають розмов із дітьми про смерть, не бажають заглиблюватися в їхні думки і задовольняються поверховою інформацією, систематично хибно сприймають переживання дитини і завжди применшують усвідомлення нею смерті і пов'язаних із цим страждань. Батьки, як правило, намагаються пом'якшити страхи дитини щодо смерті і пропонують їй певну форму заперечення – ідіосинкретичну систему заперечення або соціально-санкціонований міф про безсмертя [415, с. 90–94]. З. Фрейд вважав, що тема смерті несуттєва для психічного розвитку дитини. Відповідно, навіть у віці восьми-дев'яти років вона мало знає про смерть, а значить, мало її боїться. Фундаментальними інтересами дитини є сексуальні спонуки, а смерть буде відігравати роль у відносно пізньому віці [415, с. 91].

Дитячі способи впоратись із страхом смерті засновані на запереченні. Тут вагому роль відіграють: 1) архаїчні вірування у

власну невразливість та 2) незмінний захист з боку кінцевого спасителя («віра в існування всемогутнього персонального заступника»). Це може бути не лише Бог, але й авторитетна людина чи велична справа тощо). Ці два вірування особливо сильні, якщо вони підкріплені двома джерелами: 1) обставинами раннього періоду життя; 2) широко розповсюдженими культурно схваленими міфами, які містять уявлення про безсмертя й існування персоніфікованого пильного божества. Ці способи захисти (віра в особисту унікальність і в кінцевого спасителя) формуються дуже рано і значно впливають на структуру характеру особистості дитини в подальшому.

Цікавою є думка видатного українського педагога, який мав неабиякий талант «відчувати й розуміти внутрішній світ дитини» [184, с. 3], *В. Сухомлинського* (1918–1970), що пояснює нам те, як можна осмислити питання життя і смерті без релігійної віри. «Ніколи не забуду тихого вересневого ранку, коли до початку уроків до мене в сад прийшов Костя (вихованці мої навчались тоді у восьмому класі). У глибоких, тривожних очах хлопця я відчув якесь горе. “Що трапилось, Костю?” – запитав я. Він сів на лавочку, зітхнув і запитав: “Як же це так? Через сто років не буде нікого – ні вас, ні мене, ні товаришів... Ні Люби, ні Ліди... всі померемо. Як же це так? Чому?...”. Потім, після тривалих наших розмов про життя і працю, про радість творчості і слід, який людина залишає на землі, Костя сказав мені: “Напевно, щасливіші ті, що вірять у Бога. Вони вірять у безсмертя. А нам без кінця говорять: людина складається з таких-то хімічних речовин, нема ніякого безсмертя, людина смертна точнісінько так, як і кінь... Невже так можна говорити?”» [336, с. 69]. Відмова індивіда від дитячої віри у власне безсмертя і прийняття неминучості смерті спонукає людину серйозно замислюватися про сенс життя, про те, як краще прожити його.

Безсмертному нікуди поспішати, йому не треба думати про самореалізацію, нескінченне життя не має ціни. Інша справа – людина, що відчула й усвідомила свою скінченність. Індивід може переживати при цьому почуття власної дріб'язковості, нікчемності, безвиході й глибокої самотності. Якщо усвідомлення

особливості свого «Я» є передумовою свідомого визначення свого місця і своїх відносин з оточенням, то нове почуття часу, включно з усвідомленням скінченності життя, стимулює розглядання себе в певній історичній перспективі: що я можу, хочу й повинен зробити? [162, с. 290].

Досить цікавими є філософські пошуки смислу життя, що не спираються на релігійну віру. Вони можуть бути певними засобами для подолання почуття страху смерті. Нам імпонують міркування *М. Трубнікова* (1929–1983), який у кінці 1970 року в доповіді «Філософія і методологія науки» порушив фундаментальну проблему – сенсу життя і смерті – і довіку був вірним собі, досліджуючи її всупереч відсутності підтримки, майже не маючи можливості друкуватися в ті часи.

Зазначимо, що його філософія принципово оптимістична. Вона адресована людям, «чий дух не втомився жити, росте й розвивається незалежно від кількості і тягот прожитих років і потребує їжі, тепла, світла, тобто необхідних умов життя» [350, с. 33]. З юних літ, на думку *М. Трубнікова*, потрібно робити все для того, щоб прожити даремно. Якщо шукати сенс поза людиною та її долею, то він трагічний, бо людина в муках народжується, в муках виростає, в страху проводить свої дні, в поті чола працює, у бруді закінчує життя, спробувавши дуже мало коротких радощів і дуже багато розчарувань і горя, щоб кінець кінцем стати перед лицем неминучої і невблаганної смерті, на яку була приреченою від першої хвилини свого буття. Однак в міркуваннях про сенс життя можна піти іншим шляхом. Потрібно по-іншому зрозуміти смерть, і тоді виявляється можливість не стільки знайти сенс, скільки шукати його, не стільки відкривати його, як щось уже наявне, але ще не знайдене, скільки створювати, творити і повідомляти життю [350, с. 33]. Як же можна осмислити сенс життя через розуміння смерті? *М. Трубніков* пропонував, на перший погляд, простий логічний образ. «Перетин народження і смерті дає центр, навколо якого обертається людське життя, і, отже, життя не протилежне смерті. Вона перебуває в такому ж із нею відношенні, як і з народженням. Відсутність смерті не передбачає життя. Вона

передбачає відсутність народження, тобто кінець кінцем відсутність життя.

Смерть передбачає життя, починається життям і з життям – яким би парадоксальним це не здавалось – закінчується. Таким чином, смерть – це така межа, як і народження, і зрозумівши, усвідомивши це, людина, осягає велику цінність життя, його наповненості зараз і тут, а не в майбутньому чи в минулому. Як гарно прожити життя може наповнити смыслом і ціною смерть, так і чесна, велична смерть може виправдати порожнє, навіть дурне життя” [350, с. 35]. Піднесення буття над смертю і піднесення буття самою смертю дає світоглядні основи особистісного переборення відчуженості індивіда від світу, подолання почуття страху смерті. Але прийняття такого світогляду має неймовірні труднощі, що пов’язані з уже сформованими уявленнями на дану тему і, напевно, певним способом мислення, що має своє підґрунтя в нашій культурі.

Страх власної смерті – екзистенціальний страх, він конкретний, а тому й дуже дієвий. Коли смерть підходить зовсім близько – помирають родичі чи близькі друзі, ми боїмося, приміряючи її до себе. Це страх, що сковує душу, через недоцільність життя і неістотність нашої ролі на землі.

Людина, котра дожила до старості, відбулася як людина. Після багатьох років видно кінець життя і його результати. Тому старі люди менше бояться смерті, ніж молоді. Більшою проблемою для них є страх самотності перед лицем смерті. А для того, щоб подолати це тяжке почуття, потрібно гідно підготуватися до смерті, тобто завершити власну програму життя. На Сході говорять: «Ми спимо все життя і прокидаємося тільки перед смертю». Але часу, щоб щось змінити, зовсім мало. Людина вільна робити вибір сама. Та й сенс людського життя – у реалізації власних бажань, і тут не потрібно лукавити. Лише б ці бажання не приносили шкоду іншим людям. У Біблії сказано: «Виконання бажань є древо життя».

Основна маса досліджень феномена смерті і страху перед нею, що були в минулому й існують в постсучасності, спрямовані на пошук утішних висновків, які мають примирити

людину з явищем смерті та сприяти зниженню рівня тривожності. Сюди можна віднести ідеї давньогрецьких мислителів про безсмертя людської душі, учення А. Шопенгауера про хибність страху смерті, безсмертя волі тощо.

Життя дається людині тому, що вона повинна щось зробити, виконати на Землі свою місію, і страх смерті змушує берегти своє життя. Давно помічено, що людина, котра прожила свій час у праці і з користю для інших і помирає з усвідомленням виконаного обов'язку, не чіпляється за життя й відходить умиrotвореною. Більш того, вона відчуває, як її душу заповнює незвичайний спокій, радість, легкість... Душа одержує дозвіл доступу в зовсім інший світ – у світ, де панують спокій і безтурботність. Цей світ залитий потоками світла, що має зовсім іншу природу, ніж земне світло. Смерть стає природним продовженням життя. «Єдиний урок, який людина повинна засвоїти на Землі, – любов до всього суцього. Людина – вінець природи. А природа, як відомо, не знає страху перед переходом із одного стану в інший» [52, с. 13].

Життя – дорогоцінний дар, і щоб його зберегти, нам разом із життям дається і страх смерті. Це природно. Але погано, коли цей страх більший і сильніший, ніж він на те заслуговує [218, с. 180].

Тема смерті є набагато життєвішою, ніж вона уявляється більшості людей. У смерті можна навчитися багато чого – гідності, честі, безстрашності, глибини світорозуміння, заперечення тимчасових цінностей тощо. Отже, смерть допомагає жити. Потрібно це зрозуміти, сприйняти і прийняти. «Прийняти це не так просто, але якщо це вдається зробити, жити стає так само ж легко, як і до народження. Смерть є даність, і потрібно сприймати її як таку. А все інше – від лукавого» [183, с. 3].

Отже, людина починає жити по-справжньому, повноцінним життям лише тоді, коли усвідомлено приймає смерть як невідворотну даність; не заперечує страх смерті, а вгамовує, переборює його, робить своїм союзником.

3.1.2. Страх самотності

«Смерть страшна, замашная коса» (Г. Сковорода) віддавна лякає людину. Але супутником цього споконвічного страху буває самотність. Смерть часом уявляється абсолютною самотністю, і ми сприймаємо її як абсолютне злиття з усім.

Самотня людина може почуватися покинутою, не потрібною, нікчемною, зайвою, даремною, знехтуваною, незрозумілою. Вона боїться опинитися на «звалищі життя», тому, раніше переживши подібні стани, не хоче знову зазнавати їх, боїться самотності. Цей страх вносить певний дискомфорт і навіть розлад у структуру особистості, викликаючи тяжкі душевні переживання, неврози, деградацію і руйнацію, а часом і знищення себе та інших.

Страх самотності властивий усім етапам розвитку особистості людини. На кожному з них він має свою специфіку. Родовід наших страхів слід шукати в дитинстві. Ми народжуємося з певними емоціями і відчуттями, коли відділяємося від материнського лона. Першими значними відчуттями (хоч і з негативним забарвленням) є невдоволення і страх самотності. Це проявляється передусім у природному плачі дитини. Людина відтоді виявляється немовби викинутою у світ.

Страх самотності є одним із закономірних феноменів, що виникають у процесі онтогенетичного розвитку людини. Що ж означає поняття «самотність»? Ураховуючи результати новітніх закордонних і вітчизняних досліджень, можемо дати таке визначення цього феномена. Самотність – це «стан людини, який виражає певну форму самосвідомості і засвідчує порушення реальних зв'язків і відносин внутрішнього світу особистості, а також відображає переживання своєї окремоті, суб'єктивної неможливості чи небажання відчувати адекватний відгук, прийняття і визнання себе іншими людьми» [217, с. 21].

Дітичуються самотніми, коли немає нікого поруч. «Дитина починає боятися залишатися наодинці, боїться втратити єднання з дорослими вперше у віці 4–5 років (дівчатка дещо раніше, ніж хлопчики). Вона починає страшитися, що може

втратити підтримку батьків і опинитися без захисту з їхнього боку» [13, с. 1].

Між дитинством і дорослістю існує підлітковий та юнацький етап розвитку особистості. Ще його називають перехідним періодом. «Розвиток самосвідомості – центральний психічний процес перехідного періоду» [35]. Відомий російський соціолог і філософ І. Кон підкреслює, що «в перехідному віці змінюється уявлення про зміст таких понять, як «самотність» і «самота». Діти зазвичай трактують їх як певний фізичний стан («немає нікого навколо»), підлітки ж наповнюють ці слова психологічним змістом, приписуючи їм не лише негативну, але й позитивну цінність» [163, с. 129]. Виявляється, що від підліткового віку до юнацького кількість позитивних думок зростає, а негативних – зменшується. Якщо підліток боїться залишитися наодинці, то юнак цінує самоту.

Як засвідчують дослідження, «підлітки ходять до школи передусім заради спілкування з однокласниками» [113, с. 325]. Для багатьох успіхи в навчанні мають сенс лише тоді, коли вони допомагають підняти авторитет серед однолітків. Якщо ж у даному колективі бути відмінником не прийнято, то здібний учень може навмисно перестати робити уроки, щоб «відповідати вимогам». Роль білої ворони, ізгоя для нього набагато страшніша, ніж всілякі репресії з боку батьків і вчителів. Підліток намагається вдягатися, говорити, думати, «як всі наші». Розвивається (не без допомоги бізнесу, який робить на цьому величезні гроші) ціла підліткова субкультура. Підлітки немовби хочуть повідомити дорослому оточенню: ми вже не діти, ми не такі, як ви, і ми разом [226, с. 293]. Дорослих, особливо батьків, що мріють виховати своїх дітей незалежно мислячими, яскравими індивідуальностями, роздратовує подібний стадний конформізм.

14–15-річна людина починає сприймати й усвідомлювати свої емоції вже не як похідні від якихось зовнішніх обставин, а як стани власного «Я». Відкриття свого внутрішнього світу – радісна і хвилююча подія. Але воно породжує й чимало тривожних, драматичних переживань [163, с. 85]. Усвідомлення своєї

особливості, несхожості на інших викликає характерне для ранньої юності почуття самотності чи страх самотності. «Я помічав, що не схожий на інших, сам не знав, добре це чи погано, і це мене лякало» [369, с. 498], – говорив герой автобіографічного роману А. Франса.

Отже, важливо зазначити, що страх самотності набуває надзвичайної гостроти не в старості (коли людина вимушено залишає діяльність, втрачає рідних і близьких тощо), а на підлітковому та юнацькому етапі розвитку людини. З віком особистість навчається узгоджувати рівень своїх домагань і можливостей, набуває необхідних комунікативних навичок, що полегшують життя навіть у найтяжчих ситуаціях. Проте в юності такого необхідного досвіду ще немає.

Індивід так чи інакше потребує товариства, колективу, спільноти. Адже людині дуже важливо обмінятися з іншими інформацією, емоціями, почуттями, бути вислуханою, почутою, зрозумілою тощо. Лише завдяки взаємодії із собі подібними, з товариством, спільнотою індивід може по-справжньому отримати підтвердження, хто він є в цьому світі, і відчутти себе особистістю. Разом з такими потребами особистість боїться повного злиття з іншим, адже в цьому є велика небезпека розчинитися в ньому (іншому) і втратити себе. У житті людини існує певна суперечність. З одного боку, вона повертається до єднання, цілісності, злиття – як це було до народження в лоні матері – туди, де ще не було і не могло бути самотності. З другого боку, особистості є велике прагнення до свободи, самостійності, індивідуалізму, де надзвичайно важлива відповідальність за себе, свої вчинки, поведінку. А це, ву свою чергу, призводить до страху перед самотністю.

Відомо два типи самотності – самотність як усамітнення та негативна самотність. Перший називають позитивним, творчим, бажаним, необхідним і виховним первнем, із якого народжується повноцінна особистість. Усамітнення дозволяє особистості зазірнути в найвіддаленіші і найпотаємніші куточки своєї душі, зробити критичний аналіз пройденого, подумати над теперішнім і відтворити тенденцію майбутнього; очистити свою душу від

нашарування незначного, другорядного, швидкоплинного, тобто подивитися на себе з різних боків, оцінити себе з позицій раціонального, впорядкувати свої емоції.

Немало вчених говорять, що позитивна самотність (усамітнення) – несправжня самотність, а негативна – це справжня (дійсна самотність), яка може руйнувати людську особистість, бути тяжкою, безвихідною, жахливою. Про другий тип самотності англо-ірландський філософ, письменник і політичний діяч епохи Просвітництва *Е. Бйорк* (1729–1797) сказав, що вона «жахливіша, ніж смерть». «Абсолютна і завершена самотність, тобто повне і постійне виключення із будь-якого спілкування, являє собою таке величезне безумовне незадоволення, яке лише можна собі уявити... все життя, проведене в самотності, суперечить цілям нашого існування, оскільки навіть сама смерть навряд чи є ідеєю, яка навіює великий жах» [34, с. 76].

Особливої актуальності негативна тенденція самотності починає набувати з XIX століття. У XIX–XX століттях відбувається динамічний процес утрати старих і виникнення нових традицій, загострюється розрив між поколіннями, зростає конфлікт «батьків і дітей», посилюється відчуження і нерозуміння між поколіннями. Усе це разом потенційно призводить до особистого відчуження і переживання страху самотності.

Використовуючи терміни Н. Хамітова «зовнішня самотність» і «внутрішня самотність» [381], виділимо дві форми вияву пов'язаного з нею страху: 1) страх зовнішньої самотності і 2) страх внутрішньої самотності.

Особистість може відчувати обидві форми страху. Страх зовнішньої самотності акцентує увагу передусім на зовнішніх чинниках, пов'язаних із втратою зв'язків з колективом, сім'єю, суспільством та ін. Він – результат випадкової суперечності людини і соціального середовища. Virізняється передусім своєю ситуативністю. У свою чергу, зовнішня самотність має два рівні – «фізичний» (наслідок випадку-катастрофи, який «відокремлює людину від інших людей, викидаючи за межі соціуму») і «психологічний» (наслідок «випадку-конфлікту, який розгортається в межах соціуму») [381, с. 19]. Страх внутрішньої

самотності, навпаки, пов'язаний із внутрішніми факторами. Він виростає немовби зсередини особистості, а зовнішні обставини життя (навіть наявність рідних і близьких людей – батьків, коханої чи коханого, дітей, друзів тощо) не мають вирішального значення, бо «внутрішня самотність є результатом суперечності людини з собою, яка приводить до втрати та пошуку самототожності і вже на цій основі – до суперечності людини та суспільства» [381, с. 19]. Переживання зовнішньої чи внутрішньої самотності і відповідно – страху перед самотністю часто буває страшнішим за смерть. Це яскраво ілюструє один із багатьох випадків, що має, на превеликий жаль, сумний кінець. Трагедія сталася з юною полтавкою, яка добровільно вирішила піти з життя. Вона вела щоденник, яким слугував тоненький учнівський зошит. Батьки загиблої передали його працівникам правоохоронних органів, а ті – кореспондентові газети «Полтавський вісник». За кілька днів до смерті дівчина писала: «Здається, в мене є все: батьки, робота, окреме влаштоване житло. Немає лише тепла. Так мені холодно жити. Серед людей я почуваюся такою самотньою, замикаюся в собі...

Я не можу поскаржитися на неувагу до себе з боку протилежної статі. Але чомусь мені ні з ким не затишно, не комфортно. Якось мені приятелька сказала: “Я колись довго думала, з ким ти можеш бути поряд? І дійшла висновку, що це має бути якась неординарна особистість. До того ж, не за соціальним статусом, а за душевним станом, яка б відчувала тебе, як ніхто”. Та в тому то й справа, що мене розуміють, але не відчують... Мені кепсько. Порожньо, самотньо і страшно... Доки ще не пізно... Врятуйте мене... Після того, як дівчина без попередження не з'явилася на роботі один день, потім другий, батьки забили на сполох... Вона лежала в коридорі... Вона випила велику кількість таблеток. Скільки – встановити неможливо... Та й хіба це важливо. Пізніше експерти визначили відсутність у її крові вмісту алкоголю чи наркотичних препаратів. На обліку у психіатра вона не перебувала...» [109, с. 14]. Переживаючи страх самотності, дівчина не відчувала радості від життя, а вона (радість) була пов'язана в неї з емпатичним спілкуванням, де б тебе зуміли вислухати, почути, відчувати, підтримати.

Досліджуючи соціальну і психологічну адаптацію вчорашніх школярів до вишу, ми побачили, що жінки більше схильні до страху самотності, ніж чоловіки. Причинами їхнього страху, як вважають самі досліджувані, були різноманітні характерологічні та ситуативні фактори – невпевненість у собі, сором'язливість, труднощі в навчанні, незрозуміння однокурсниками, сімейні проблеми, відсутність коханої людини, обмаль спілкування, нудьга за домівкою, непорозуміння з батьками, обмаль грошей, відсутність друзів, замкненість тощо.

Фахівець жіночої самотності *Н. Самоукіна* наголошує, що «страх самотності не тільки спотворює ставлення жінки до свого життя, але й створює відчуття безпросвітнього глухого кута в житті, яке сповнене незатребуваності, тотального смутку та печалі. Як і будь-яка людина, свої дні жінка проживає по-різному: сумує і радіє, буває сама і з друзями, сидить удома і подорожує. Однак пам'ять про те, що вона самотня, фіксує тільки сумні події і зосереджує її увагу на думці: “Я сама! Я сама! Я сама!”» [308, с. 34].

З емоцією страху пов'язаний парадоксальний феномен, який збільшує ймовірність події, якої людина боїться. Здавалося б, ми всіма силами хочемо уникнути чогось неприємного й важкого в житті. Але «якщо ми боїмося і через сильний страх напружені і неспокійні, ми немовби “притягуємо” цю подію до себе і досить часто вона трапляється в нашому житті» [308, с. 39].

Які ж причини страху самотності? Це: 1) стереотипи. У багатьох культурах існує думка, що бути самотнім – це погано. Тільки ті люди, у яких є друзі і кохані, повноцінні. Наприклад, вважається, що жінка тільки тоді не ущербна, нормальна і щаслива, коли заміжня і має дітей. Молодість не вічна, тому жінки і намагаються завжди якнайшвидше одружитися, щоб не залишитися самотніми; 2) самооцінка (як людина ставиться до себе). У багатьох цей страх пов'язаний із явно заниженою самооцінкою (людина не може правильно оцінювати себе, свою поведінку і змінюватися на краще), і як наслідок, песимізм, гіпертрофоване почуття жалощів до себе, очікування від інших людей тільки неприємностей, а від майбутнього – лише гіршого;

3) боязнь відповідальності за самих себе (відповідаючи за себе, індивід виходить на певний рівень свободи, яка спонукає особисто визначати доцільність своєї діяльності і поведінки. Але ж простіше і легше перекладати відповідальність на інших. І людина таким чином утікає від свободи); 5) обмаль якісного спілкування або його відсутність (за допомогою інших людей особистість може знаходити підтвердження, що вона є в цьому світі, розуміти свою значущість тощо; 4) боязнь самотньої старості (при якій настає слабкість, немічність і при цьому, як кажуть старі люди, «ніхто навіть води не подасть»), із властивими їй відчуттями – бути нікому не потрібним, зайвим, даремним і нікчемним.

Багатьом страх самотності здається випадковим, не пов'язаним із людською суттю. Саме тому абсолютна більшість людей здатна лише *втікати* від нього. На сьогодні відомо немало засобів, які пропонують подолання страху самотності. Серед них відзначимо такі: уживання алкоголю й наркотиків, тютюнопаління, оновлення і збочення в сексі тощо. Виділені практики можна інтерпретувати як терапію від означеної нами проблеми, котра (терапія) має свій негативний аспект – спробу уникнути зустрічі із самим собою, з буттям. Страх самотності як момент граничного усвідомлення буття може бути надзвичайним, нестерпним, тож самотній прагне сховатися від безодні буття, використовуючи згадані засоби. Онтологічна непевність, що виявляється як особистісна незрілість, як неможливість вистояти перед буттям, зумовлює захоплення втечею від страху самотності, відвертає від автентичності існування.

Людина немало спроможна зробити для подолання страху самотності. Виділимо декілька важливих моментів. 1. Потрібно передусім збагнути свій страх і визнати, що він у вас є. Це означає актуалізувати страх, тобто зробити перший вагомий крок до його подолання. Визнати – означає не злякатися наявності в собі цього негативного відчуття. 2. Важливо визначити причину (причини) страху самотності, тобто зробити певний аналіз, щоб потім приймати правильні рішення (самотерапію тощо). 3. Слід дати відповідь на питання – якої саме самотності

ви боїтеся зараз. 4. Здійснити нейтралізацію причин вашого страху самотності. Сюди входить багато різних заходів. Це: зміна самого себе (самовдосконалення (віднайдення ефективних форм діяльності і спілкування, що сприяють усебічному особистісному зростанню, – навчання, творча діяльність, фізична культура тощо.); зміна обставин життя (якщо неможливо змінити обставини, то найкращим виходом із ситуації буде зміна ставлення до них); пошук нових, справжніх і надійних друзів з емпатичними тенденціями (адже розділений із другом страх зменшується вдвоє, тобто сила, глибина і напруга його може значно знизитися).

Знання про те, як «працюють» психологічні механізми нашої психіки, дозволяє нам зрозуміти, що, боячись, ми робимо собі не краще, а гірше. «Життєва позиція фаталістів виявляється справді розумною, коли вони міркують приблизно так: “Що написано на Долі, то обов’язково трапиться”. Така позиція, звичайно, є бажанням зняти з себе відповідальність за своє життя, але і якоюсь мірою захищає їх від страху» [308, с. 40].

Досить дієвим та ефективним засобом подолання (і профілактики) страху самотності в період дорослості (особливо на пізній її стадії) є практика відомого українського довгожителя, греко-католицького священика, історика, доктора богослов’я *Д. Блажейовського* (1910–2011). Постійне заняття потрібною йому та іншим людям справою, яка розвиває і духовно збагачує, не дає чоловікові переживати страху самотності й старості. «Не слід життя марнувати. Людина постійно мусить давати собі поступ, розвиватися, над собою працювати, щоб щось позитивне було. Кожна має свій талант зреалізувати, не закопати, – як у тій притчі... Мати ідею щось досягнути і присвятити тому свою працю. Недобре, коли люди не мають цілі життя, живуть одним днем – як Бог дасть, так і буде» [62, с. 2–3].

Неможливо не погодитись з думками деяких відомих людей, які вказують, що спорідненість є вагомим способом боротьби зі страхом самотності. У людській спорідненості відчувається як зовнішня, так і внутрішня єдність (близькість). В цьому плані особливо цінною є сім’я, де, крім кровних уз, має обов’язково

бути спорідненість. Російська актриса *Євгенія Симонова* одна з небагатьох, хто вважає сім'ю абсолютною цінністю. Вона впевнена, що якби їй «довелось вибирати між сім'єю і сценою, залишила б театр, не роздумуючи. Тому, що сім'я створюється не роками – століттями. Але й нагорода за цю величезну працю велика – ти не самотній у цьому світі» [159, с. 3].

Насамкінець зауважимо, що проблема страху самотності сьогодні загострюється ще й тому, що особистості необхідно входити у різноманітні соціальні підструктури, які вимагають від неї зміни власного стилю поведінки, форми спілкування та пристосування до «загальноприйнятих» у соціальній групі стандартів, соціальної ролі тощо. Завданням кожної людини стає не просто навчитися жити в суспільстві, але й гармонізувати стосунки з іншими людьми, а головне – досягти гармонії внутрішнього світу.

3.1.3. Страх старості

Серед численних страхів одне з чільних місць посідає страх старості. Він простежується у всіх цивілізаціях чи формаціях, але має свою специфіку. Проте у всі епохи цей різновид близький до страху смерті, самотності тощо.

Сьогодні у світі стрімко зростає чисельність людей поважного віку, а європейська й північноамериканська культура акцентує увагу передусім на молодій людині, пропагуючи культ молодості. Таким чином, у сучасному суспільстві відбувається соціокультурна трансформація, характерною рисою якої є збільшення антагонізму між поколіннями, що призводить до наростання страху старості як на індивідуальному, так і на груповому рівнях виявлення. Для подальшого аналізу цього страху важливо зупинитись на періодизації розвитку особистості людини (тобто періодизації людського віку), де особливе місце займає старість.

У філософії, психології, соціології, культурології, педагогіці, медицині і навіть художній літературі сформульовано чимало періодизацій людського віку. З-поміж інших слід виокремити розробки Гіппократа (дитина, підліток, юнак, молода людина, дорослий чоловік, похилий вік, старість); Аристотеля (юність,

зрілість, старість); Данте Аліґ'єрі (юність, зрілість, старість, дряхлість); Ф. Ніцше («верблюд» – (дитинство та юність), «лев» – (зрілість), «дитина» – (старість)), Г. Саллівана (вік немовляти, дитинство, малолітній вік, підлітковий період, юність, зрілість), Е. Еріксона (стадії: орально-сенсорна, м'язо-анальна, локомоторно-генітальна, латентна, підліткова, рання зрілість, середня зрілість, пізня зрілість); Г. Крайг (перші два роки життя, раннє дитинство, середнє дитинство, підлітковий і юнацький вік, рання дорослість, середня дорослість, пізня дорослість); В. Моргуна (вік немовляти, раннє дитинство, дошкільне дитинство, отрочество, юність, молодість, дорослість, зрілість, старість).

Всесвітня організація охорони здоров'я (ВООЗ), до складу якої нині входить 193 країни, пропонує таку вікову періодизацію людей: 1) молодь (люди віком до 44 років); 2) середній вік (45-59 років); 3) люди похилого віку (60-74 років); 4) старі люди (75-89 років); 5) довгожителі (90 і більше років) [98, с. 117–118]. Саму ж старість учені поділяють на декілька етапів: передстаречий період (60–69 років), старечий період (70–79 років), пізній старечий період (80–89 років), дряхлість (90–99 років) [168, с. 830–833]. Яке ж ставлення до старості і до страху старості було в історичній ретроспективі?

Один із найвидатніших філософів стародавнього світу *Платон* оцінював старість як позитивний етап життя. Стара людина, на його думку, є носієм мудрості. У своїй концепції «ідеальної держави» він зазначав, що «людині, котра дожила до старечого віку, не властивий страх старості, бо вона – шанована громадою і має найвищий соціальний статус» [157, с. 15]. Його учень *Аристотель* вважав старість джерелом зайвого клопоту, періодом руйнування, поступового згасання Мислитель наділяв стариків непривабливими якостями: нерішучістю, підозрілістю, недовірливістю, малодушністю, боязливістю, жадібністю, безсоромністю, несправедливістю, егоїстичністю, корисливістю тощо.

Відомо, що стародавня Греція складалася з більш, ніж двохсот міст-держав (полісів), де ставлення до старості було різне. От, наприклад, у полісі Спарта (Лаконія) старики-геронти – носії мудрості мали величезну повагу й авторитет. Був навіть

вищий аристократичний орган полісу, який називався – герусія (від слова «геронт», тобто старик). У нього входило 30 чоловік (28 чоловік, що досягли 60-річного віку – представники найвпливовіших родів і сімей Спарти, а також два царі (30 років і старші) із двох спартанських родів – дорійського (Евріпонтидів) та ахейського (Ашадів). Окрім герусії, в Лаконії ще була апелла (народне зібрання, куди входили дорослі чоловіки (30 років і старші) та ефори (вищі посадові особи (5 чоловік), які здійснювали контроль над усіма спартанськими установами). Рада старійшин (герусія) являла собою найбільш сильний орган, який що фактично управляв державою. Люди похилого віку брали активну участь і в спартанській військовій організації, вони перебували в ар'єргарді фаланги (першими йшли ілоти (державні раби), потім молоді спартіати, а за ними спартіати поважного віку). Отже, шанування старості було одним з пріоритетів давньогрецької Спарти [213, с. 79].

Хоча здебільшого греки пов'язували старість із погіршенням матеріального добробуту, дряхлістю, хворобами, негативним ставленням з боку оточення. Прикметно, що давньогрецька культура не формувала толерантного ставлення до старості, тому й причин для страху не могло не існувати. Але слід зауважити й таке: тоді небагато людей доживало до поважного віку, тому й гостроти страху старості не було.

Для римського оратора і філософа *Марка Туллія Цицерона* (106–43 р. до н. е.) старість – повноцінний етап життя («Катон Старший або про старість» [394]). Визнаючи наявність у людському середовищі страху старості, мислитель водночас говорив про можливість його подолання: «Як борються з хворобою, так потрібно боротися й зі старістю...» [394, с. 369].

Луцій Анней Сенека (бл. 5 р. до н. е. – 65 р. н. е.) наводив приклади вікової дискримінації людей (передусім осіб похилого віку) у римській Античності (те, що нині позначається терміном «ейджизм»): «Закон не бере в армію після п'ятдесяти; не призначає в сенат після шістдесяти...» [313, с. 65]. Цей філософ зазначав, що старість «...усе змітає і перетворює в руїни. Але те, що освячене мудрістю, для старості недосяжне...» [313, с. 59].

Давньоримський письменник, комедіограф *Публій Теренцій Афр* (195 (чи 185) – 159 до н. е.), не довго думаючи, «оголосив старість хворобою» [112, с. 415].

Представник латинської патристики Середньовіччя *Северин Боецій* (480 р. – 524 р.) зазначав, що старість приходить раптово і невід’ємним її складником є хвороби та немічне тіло. Тому життя старої людини він вважав жалюгідним, а смерть – щастям [40].

Англійський філософ і учений *Роджер Бекон* (бл. 1214 р. – 1294 р.) ставив перед наукою конкретне завдання – подовжити життя людини до термінів, які, відповідно до Біблії, проживали перші люди після гріхопадіння, тобто близько тисячі років. На тривалість життя, вважав мислитель, впливають генетичні фактори та здоровий спосіб життя («режим, який необхідний для здоров’я» [27]).

Італійський поет і політик доби Відродження *Данте Аліг’єрі* (1267–1321) виокремив дряхлість як завершальний етап життя людини, в якому благородна душа повертається до Бога і чекає з великим бажанням кінця свого земного існування. Одним із перших він означував старість як «третій віко». Найдосконалішим етапом людського життя Данте визнавав зрілість, а старість вважав періодом регресу [92].

На думку *Франческо Петрарки* (1304–1374), якого «назвали «першою людиною нового часу» (тобто епохи Відродження – прим. М. М.) [259, с. 383], старість настає у 60 років. Цей вік означає, що людина перебуває поблизу смерті. А ще старість – це час підбиття підсумків і щоденної натхненної праці. Страшнішою за старість, як вважав італійський поет-гуманіст, може бути бездіяльність [262].

У своїх «Дослідах» французький філософ *Мішель де Монтень* доводив, що рідкісним щастям для людини є можливість дожити до старості та померти від виснаження тіла через неї. «Це винятковий дар, яким природа особливо нагороджує яку-небудь одну людину протягом двох-трьох століть, позбавляючи її небезпек і тягарів, які постійно зустрічаються на такому довгому життєвому шляху...» [234, с. 160]. Мислитель зауважував,

що до поважного віку доживають лише обрані. Старість, на думку М. Монтеня, не є періодом розквіту душі, вона перемагає і тіло, і душу людини. Він підкреслював, що найбільше досягнень людина робить до 30 років, а відпочивати вона повинна в 55–60: «Щодо мене, то я з повною впевненістю можу сказати, що з цього віку (30 років) мій дух і моє тіло більше втратили, ніж набули, більше рухались назад, ніж уперед» [234, с. 162].

Один із засновників новоєвропейської філософії, англійський мислитель *Френсіс Бекон*, як і Р. Бекон, наголошував на шляхах подовження людського життя, де виділяв кілька основних пунктів: 1) уповільнення процесу зношування людського тіла, 2) підтримка існування тіла та 3) оновлення того, що почало старіти. Він виступав за науковий підхід до подовження життя і вважав за потрібне передусім попереджати появу старіння. Загалом «його геронтократичні симпатії, проте, не дають підстав заперечити наявність і в тогочасної людини страху старості» [157, с. 25].

Німецький філософ-ірраціоналіст *Артур Шопенгауер* визнавав старість особливим періодом життя людини. Він наголошував, що на повагу заслуговують лише гідні старики, інші ж, зважаючи на слабкість, притаманну похилому віку, можуть очікувати здебільшого жалості. Найхарактернішими рисами старості є хвороби, смуток, самотність. Очікування їх і виступає основним джерелом страху старості. Філософ розглядав старість як прийнятний етап людського віку, що дає можливість досягнути повноти самого життя. Життєвий цикл людини має закінчуватися у 90–100 років легкою смертю від старості. Тож немає особливих підстав боятися старості. Та все ж людину у старості А. Шопенгауер характеризував досить негативно (як стомлену, говірку і нерозсудливу) [404].

Визначний представник «філософії життя» *Фрідріх Ніцше* зауважував, що найскладніше мистецтво – це піти вчасно («померти вчасно»), тобто раніше, ніж настане старість. Він розрізняв старість тіла і розуму (у одних спочатку старіє серце, а в інших – розум) [244, с. 74]. «Вчасно піти» може лише сильна духом людина, вона не боїться смерті, а тим більше – старості.

У такий спосіб їй удається подолати страх старості, на відміну від пересічної людини, яка продовжує жити в страху.

Еріх Фромм стверджував [378], що страх старості переслідує більшість людей світу. Утім, на думку основного неофрейдиста, – він безпідставний, оскільки людина, котра жила продуктивно і творчо в молодості, і в старості залишається енергійною, продовжує вдосконалюватись, незважаючи на спад фізичних сил. Натомість свідченням непродуктивного способу життя є деградація особистості в старості.

Один із найбільш успішних письменників ХХ століття, англійський довгожитель *Сомерсет Моєм* (1874–1965) висловився про старість без страху і докору, як про період мудрості й життєвого досвіду: «Чудова і краса ранку, і саяво полудня, але лише дуже нерозумна людина запне фіранки і ввімкне світло, щоб відгородитися від безтурботного спокою вечора. У старості є свої принади, не менші, ніж принади молодості, тільки інші. Філософи вічно втокмачують нам, що ми раби своїх пристрастей; так хіба не велика справа звільнитися від їх влади?... У старості є переваги... Як не парадоксально це звучить, у людей похилого віку більше часу. У молодості я здивувався, дізнавшись від Плутарха, що Катон почав вивчати грецьку мову у вісімдесят років. Зараз це мене не вражає. Старість береться за справи, від яких молодість ухиляється, тому що вони потребують багато часу. До періоду старості кращим стає смак, і можна насолоджуватися мистецтвом і літературою без тієї особистої упередженості, яка в молодості забарвлює наші судження. Старість знаходить задоволення у власній досконалості. Вона скинула пута егоїзму, душа нарешті стала вільною, радіє швидкоплинній миті, але не благає її зачекати» [112, с. 415–416]. Багато в чому із знаменитим англійцем погоджується український мудрець А. Ворон, який прожив 104 роки. Він говорить про те, що для молодості не дуже властива життєва мудрість. «Я зустрічав багатьох розумних, знаючих, тямущих людей. Але мудрі здебільшого трапляються серед тих, кому за п'ятдесят» [106, с. 128].

Мудрість у поважному віці, на думку вчених, проявляється передусім у вмінні по-справжньому любити і цінувати інших людей.

У традиціях східної філософії і культури ставлення до похилого віку не було однозначним у різні історичні періоди (від архаїки і до сучасності). Конфуціанська філософія і релігія Китаю спиралася передусім на повагу до старших, крайнім вираженням якої були «культ предків» та «культ старості», які вважалися надзвичайно важливими для особистості. Звідси органічно випливав принцип шанобливого ставлення як до батьків, так і до старших людей. *Конфуцій* (551 до н. е. – 479 до н. е.) свято шанував дотримання культу предків і цим самим показував (не лише своїм учням) чудовий приклад для наслідування. Він, як людина, що пройшла всі вікові етапи, міг чітко визначити в кожному головне: «У п'ятнадцять років я відчув бажання вчитися; у тридцятилітньому віці я ствердився; досягнувши сорока, звільнився від сумнівів; у п'ятдесят пізнав волю Неба; у шістдесят мій слух набув проникливості; з сімдесяти років я слікую бажанням серця, не порушуючи міри» [165, с. 21]. Відповідно до вчення цього мислителя засуджується безтурботне життя, бо на повагу в старості мають право лише ті, хто зробив щось корисне для нащадків. Іншими словами, право на старість треба заслужити.

У давній Індії виокремлювалися «чотири етапи життя» (ашрами): 1) учнівство (брахмачар'я), 2) домогосподарство (гархаст'я), 3) самотництво (ванапрастха) та 4) аскетизм (яті, санн'ясі) [256], які повинна була пройти кожна людина, щоб звільнитись від земних пристрастей і оволодіти істинним (справжнім) знанням. Такі істинні знання могли мати лише особистості поважного віку. Тому в Індії компліменти, властиві західній (та й українській) культурі стосовно літніх жінок, зокрема «Як молодо Ви виглядаєте!» чи «Ви не за віком така юна!», не сприймаються як щось хороше, а навпаки, означають, що ця пані не досягла знання, а перебуває на розумовому рівні дитини чи підлітка. Індійці вважають, що молодість – це шлях діяння, а похилий вік, старість – це шлях знання.

В Японії з давніх давен традиційно на державному рівні реалізується політика поваги до старих людей (вони не мають почуватися себе, нікому не потрібними). Такі заходи держави адекватно підтримуються й молодими громадянами «країни сонця, що сходить». Напевно, завдяки соціально-психологічному чиннику в сучасній Японії найбільше довгожителів. Зараз у ній мешкає близько 28 тисяч осіб, яким за сто років (серед яких 85,4 % – жінки), тож це країна активних довгожителів. Але водночас загадаймо знаковий фільм С. Імамури «Легенда про Нараяму» (1983), який показав, що у XIX столітті в деяких регіонах Японії зберігалися звичаї, які дозволяли вбивати не-потрібних людей. У коло таких входили і старики після досягнення сімдесятиріччя. Їх позбувалися в тяжкі часи неврожаю й голоду, щоб полегшити життя молодим і зрілим. Так, Оріон, мати Тацухея, якій скоро виповниться сімдесят, готує сина до виконання ритуалу її вбивства; вона це мусить зробити заради своїх нащадків. Тацухей сильно переживає, бо любить матір, усвідомлює те, що прийде і його час, коли й сам опиниться на Нараямі, але нічого вдіяти не може: звичай примушує нести найріднішу людину на гору вмирати від голоду (однак Оріон замерзне від раптової заметілі; автори фільму вважають, що жінці пощастило зі смертю).

Слід зазначити, що в культурній традиції наших предків – східних слов'ян ставлення до людей похилого віку мало кілька етапів: від архаїчно-утилітарного досвіду первісності (вбивства або недбалості) до досвіду визнання їхньої цінності – пошани. Зазначимо, що незадовго до хрещення Русі навряд чи старих убивали, а отже, страх старості не міг спричинятися соціокультурною практикою ліквідації. Із прийняттям християнства в часи Київоруської держави і після її занепаду (аж до першої половини XX ст.) у землях східних слов'ян домінувало сільське населення. Тож прадавня традиція пошани старої людини мала умови до тривалого існування. Заслугує на увагу і практика православного духовенства. У ній практикувалася підтримка батька з боку синів і навпаки. Отже, можна говорити «про досить значне соціокультурне підґрунтя підтримки старої людини

(незалежно від статі) на теренах спільнот слов'янського православного культурного кола» [157, с. 86].

Сімейний корпоративізм, особливо поширений на теренах східних слов'ян, забезпечував захист старої людини на схилі літ. «Він виступав тією основою, що забезпечувала тривкість традицій і зв'язку між поколіннями. А, отже, цінність сім'ї в соціокультурних пріоритетах цієї спільноти європейців слугувала запорукою чи своєрідним соціокультурним резистором, який допомагав зберігати баланс інтересів різних вікових груп на рівні всіх верств населення протягом дуже тривалого часу» [157, с. 86].

Проблемами старості і страху старості переймалася й художня література XIX–XX ст. Згадаємо твори таких зарубіжних та українських авторів, як О. де Бальзак («Гобсек»), Б. Васильєв («Ви чиї, старигани?»), М. Горький («Стара Ізергіль»), О. Довженко («Зачарована Десна»), Ф. Достоевський («Злочин і кара»), М. Зошенко («Повернути молодість»), І. Нечуй-Левицький («Баба Параска та баба Палажка»), Д. Свіфт («Подорожі Гуллівера»), Л. Толстой («Про життя»), О. Уайльд («Портрет Доріана Грея»), К. Чапек («Засіб Макропулуса»). Справді, художня література має «більш значний спектр уявлень про підґрунтя страху старості та цінність життя людей похилого віку, ніж це зафіксовано у філософській рефлексії» [157, с. 43].

У сучасній філософії і науці ще немає чіткого, інтегрального визначення страху старості. Спробу витлумачити цей феномен чи не першим зробив Е. Фромм. На його думку, страх старості є «вираженням почуття, часто неусвідомленого, що життя прожито даремно; це реакція нашої совісті на нівечення самих себе» [378, с. 185]. Із поодиноких напрацювань означеної проблеми виділимо дефініцію Т. Коваль, де страх старості – «внутрішній стан неспокою особистості, що виникає внаслідок виявлення й оцінки нею меж і агентів загрози існуванню, детермінованих реальними або майбутніми змінами, що безпосередньо чи опосередковано пов'язані з її віком, основою виникнення якого є уявлення про її майбутню соціальну і культурну дискримінацію» [157, с. 57]. Дана дефініція фіксує увагу передусім на соціокультурному аспекті.

Деякі дослідники підкреслюють, що загалом «смерті менше бояться старики і люди, які мають ґрунтовну мету в житті, і що багато людей похилого віку спокійно ставляться до перспективи власної смерті. Тих, що дожили до поважного віку, лякає не стільки смерть, скільки тяжке вмирання» [168, с. 919].

Статистичні дослідження показують, що чоловіки ненадовго переживають померлих дружин, причому смерть у вдівців настає з найрізноманітніших причин. «На тривалість же життя дружин смерть чоловіків практично не впливає. Високу смертність овдовілих чоловіків пояснюють відсутністю навичок самообслуговування і руйнацією стереотипів організації побуту. Висувається і така причина: незважаючи на те, що в чоловіків може бути більш широке коло спілкування, ніж у жінок, воно носить більш поверховий характер; дійсно сильний емоційний зв'язок у них один (зі своєю дружиною), у той час як жінки мають значно ширше коло людей, які слугують їм опорою в тяжку хвилину» [130, с. 294].

Європейські філософи і вчені віддавна намагаються знайти «ліки» від старості, замість того, щоб «розробити стратегію соціокультурної підготовки людини до настання старечого віку, навчити її пристосовуватися до нового фізичного стану та соціального положення, ознайомити з особливостями життя в старечому віці так, щоб хоча б применшити, якщо не вдається повністю позбутися, страху старості» [157, с. 19]. Так званими «ліками» від старості були «еліксири молодості» та «еліксири безсмертя», тривалі пошуки яких велися з незапам'ятних часів. Про це відомо у світовій культурі ще з перших епосів (здаймо «Епос про Гільгамеша», створений у стародавньому Шумері більш, ніж 5 тис. років тому, та давньоіндійський епос «Махабхарата»). Осягнути джерела безсмертя прагнув згадуваний нами раніше китайський імператор Цінь Ши Хуан-ді. Антична міфологія і політеїстична релігія переконувала, що «для необмеженого продовження життя, боги використовують спеціальні «еліксири безсмертя». Так грецьким богам приписували вживання амброзії» [119, с. 9]. Піклувався про власне «омолодження» папа Інокентій VIII (йому навіть «ввели кров трьох

юнаків» [119, с. 8], але це не допомогло). Боязнь старості і смерті керувала зусиллями алхіміків і відомих середньовічних лікарів (і не лише середньовічних) у даремних і безглузких пошуках засобів повернення молодості чи одержання чудодійного «зілля безсмертя».

У людини завжди була глибока потреба – бути потрібною. «Потрібно бути потрібним. Якщо ти нікому не потрібен, ти відчуваєш себе не корисним, безглуздим. Якщо ти комусь потрібен, це означає, що та людина надає тобі значення; ти відчуваєш себе важливим» [253, с. 205]. Тут вкотре посилаємося на авторитетне судження А. Ворона, котрий ставив в основу свого життя таке: «Щоб я був потрібний іншим, щоб був потрібний Господу і був потрібний собі. Це три камені, на яких постає моє земне буття» [106, с. 104]. Довгожитель вважав, що людина може досягти її «за допомогою опертя на Дух, Рух і Слух» [106, с. 124]. При цьому А. Ворон наголошував на важливості очищення і наповнення силою спокою душі особистості (це завдання покликаний виконувати Дух); зміцненні тіла рухом, фізичними зусиллями (цієї цілі слід досягати завдяки Руху); намаганні чути (відчувати) довколишній світ і світ внутрішній (цю мету здатен реалізовувати Слух) [106, с. 124].

Розмірковуючи про красу і потворність індійський філософ, містик *Ошо* зазначав, що «жодна дитина не народжується потворною, і всі діти мало-помалу стають потворними. Дуже важко знайти красивого старика – це рідкість. Усі діти красиві, всі старі стають потворними. У чім же справа? Якщо всі діти народжуються красивими, вони повинні й помирати красивими! Але життя з ними щось робить... Усі діти самодостатні – у цьому їхня краса; вони існують як світло для самих себе. Усі старіки не корисні, вони усвідомлюють, що нікому не потрібні. І чим старішими вони стають, тим більше приходить відчуття, що вони непотрібні. Люди, яким вони були потрібні, зникли; діти вирости, вони живуть зі своїми сім'ями. Дружина померла або чоловік помер. Тепер світ не має в них потреби; ніхто до них не приходить, ніхто їх не поважає. Ніхто за ними не сумує. Непотрібні, вони почуваються марними. Вони просто чекають

смерті. І ніхто про них не буде піклуватися... навіть якщо вони помруть, то не буде ні в кого суму. Навіть смерть стає потворною річчю» [253, с. 213].

У СРСР у 20-ті роки ХХ ст. постало питання: що таке старість? Російський фізіолог, лауреат Нобелівської премії І. Павлов (1849–1936) у ті часи помітив у старечому зміненому мозку передусім послаблення пам'яті. «Причому спочатку зникають свіжі враження, а далі і спогади про минулі події. Потім з'являється балакучість і старече недоумство. Балакучість являє собою результат послаблення процесів гальмування в мозку; нормальна людина регулює свою мову, гальмує її, де потрібно. Старече слабоумство є результатом того ж самого порушення гальмівного процесу, внаслідок якого розривається нормальний зв'язок людини з дійсністю. Усі ці явища вивчались дослідним шляхом на собаках зі старечо зміненими мізками» [60, с. 13].

Зараз існує багато негативних стереотипів щодо людей похилого віку. В основі цих стереотипів лежать украй негативні характеристики або оцінки. «Фактично, стереотип старості, який сформувався у суспільстві, відображає становище людей похилого віку в ньому» [157, с. 136]. Старих людей сприймають як непривабливих, потворних; хворих, немічних і фізично залежних від інших; патологічно жадібних; психічно не здорових, схильних до депресій; не здатних до навчання; сексуально слабких тощо.

У дитячому віці страх старості має ірраціональну основу появи (літня людина сприймається як носій потворного); юність оцінює людину похилого віку як конкурента в боротьбі за засоби існування, тобто страх старості тут має раціональну основу; люди зрілого віку сприймають старість ірраціонально та раціонально (людина похилого віку сприймається як непотрібна) чи емпатично (із співчуттям, маючи на увазі те, що в недалекому майбутньому самим доведеться бути такими ж).

Наукові розвідки доводять, що негативний стереотип ставлення до старості з'являється у молоді десь у 25 років. Це пов'язано навіть не з особистим спілкуванням із людьми похилого віку, а передусім із засобами масової інформації, які формують у

спільноті так звані «загальноприйняті норми та образи» [157, с. 138]. «Кульм молодості», який пропагують ЗМІ на Заході, знецінює старість, яка «уявляється молоді кошмаром» [150, с. 104].

Існують поняття «геронтофобія», «геронтонегативізм», які певним чином виражають негативне ставлення до старості. У 1969 році директор національного інституту старіння США *Р. Батлер* (1927–2010) упровадив у вжиток поняття «ейджизм», що означає «дискримінацію одних вікових груп іншими» [412]. Так з'явився термін, який передусім відображає становище людей похилого віку в спільноті та ставлення спільноти до них. У багатьох країнах світу (як Заходу, так і Сходу) існує явна і прихована дискримінація старих людей, яка проявляється не лише в обмеженні їх прав, а й у їх ізоляції, навіть знищенні, соціальному чи психологічному доведенні осіб похилого віку до самогубства (суїциду). Слід згадати практику поселень у США спеціально для старих людей типу «Сонячне місто», «Молоде місто» тощо. У результаті численних досліджень людей означеного віку доведено, що лише в спілкуванні з людьми всіх вікових груп люди похилого віку зберігають свою активність. Активність, як відомо, може продовжувати не лише якість життя, а й саме життя старих людей. «Створення таких поселень є, навпаки, виявом відсторонення спільноти від людей похилого віку, їхньої ізоляції» [157, с. 133]. В Японії (і не лише в ній), де на державному рівні пропагують шанобливе ставлення до старих людей, є досвід так званого «експортування» пенсіонерів у країни, де японська національна грошова одиниця (єна) має високу купівельну спроможність. Це стосується насамперед Південної і Південно-Східної Азії, де японці-пенсіонери на певну суму грошей можуть придбати немало товарів і послуг (мінімальна пенсія в Японії станом на 2018 р. сягала 65 000 єн або 600 доларів США).

Зараз у багатьох країнах світу чимало людей (з відомих причин) бояться називати поважний вік старістю, а послуговуються так званими толерантними термінами – «вік мудрості», «осінь життя» тощо, але при цьому цілком правильно наполя-

гають на тому, що осінь життя «треба сприймати спокійно й розважливо, радіти кожному дню, хоч би яким він був, роблячи все, аби на душі було тепло і затишно» [248, с. 1].

Що потрібно зробити для позбавлення, а точніше – для нейтралізації чи мінімізації в людини страху старості? На нашу думку, передусім тут варто визнати наявність його як у людському середовищі взагалі, так і в конкретних людей та навчитися жити конструктивно з ним. Страх старості може яскраво свідчити про те, що особистість буде перебувати на етапі завершення життя і що недалеко час відходу в інобуття (небуття). Важливо, щоб людину надмірно не лякала смерть, адже при нормальному ході подій кожен може дожити до поважного віку і потім померти. Людина, яка надзвичайно сильно переймається страхом смерті, у всьому буде бачити лише смерть, а це зробить її життя нестерпним. Старість може дійсно спотворювати людську тілесність (зовнішність), хоч є й певні винятки. Тому потрібно говорити (навчати), починаючи ще з дитячого віку, про те, що в житті людини є старість і є смерть, але робити це слід толерантно, спокійно, виважено, щоб у майбутньому (у більш зрілому віці) не виникало тяжких депресій (із тенденціями до суїциду) від почуття безвиході та втрати сенсу життя. До цієї справи треба сміливіше залучати філософів (особливо фахівців з питань філософської антропології, практичної філософії), психологів, соціологів тощо.

Важливо, щоб люди похилого віку почувалися потрібними суспільству і самим собі. Необхідно, щоб особистість не втрачала інтересу до життя. В історії чимало прикладів відомих людей, які активно й діяльно жили в старості. Серед них – знакові постаті Античності: Аппій Клавдій, Фемістокл, Гомер, Гесіод, Піфагор, Демокріт, Ксенократ, Кір (дані Цицерона [394]). Дослідники Ю. Швалб і О. Данчева зазначають, що італійський художник Тіціан прожив 99 років, у 95 років написав картину «Оплакування Христа», російський фізіолог Павлов (прожив 87 років) до кінця життя займався наукою. Верді у 80 років написав оперу «Фальстаф». Гете прожив 83 роки, Ньютон 84 роки, Мікеланджело 89 років, будучи активними й

діяльними до самої смерті [398, с. 209]. Сучасна наука констатує рекорди довголіття. Особистий рекорд найстарішого жителя світу належить іранцеві Кітахі – 185 років. Друге місце у змаганні старійшин цілком закономірно посів колумбієць Солис – 182 роки. А «третє і четверте належить сімейній парі із Векобританії: земний шлях містера Йората тривав 180 років, а його вірна дружина Мері дожила до 177! На два роки менше шанованої англійки затримався на цьому світі угорець Петер Кцартен (Чартен) – 175 років» [112, с. 414]. На пострадянських теренах рекордсменом є азербайджанець Ширалі Муслімов. Він прожив 168 років (1805–1973), а його співвітчизник – Махмуд Ейвазов 152 роки (1808–1960). Колись Ш. Муслімов поділився секретом свого довголіття: «Працювати потрібно завжди. Неробство народжує лінь, лінь народжує смерть» [112, с. 414]. Слід додати, що цей кавказець понад 150 років пас овець на схилах гір, «харчувався свіжим сиром, фруктами, овочами, медом, не переїдав, не курив, пив тільки джерельну воду і лише в останні роки життя пристрасився до трав'яного чаю» [112, с. 414]. Інший довгожитель – М. Ейвазов розкрив п'ять необхідних умов довголіття – «перше – загартоване тіло, друге – здорові нерви і хороший характер, третє – харчування, четверте – клімат, п'яте – щоденна праця» [257, с. 52].

Щоб подовжити та поліпшити якість життя людей похилого віку, у світі почали відкривати спеціальні вищі навчальні заклади – Університети третього віку. Перший такий виш з'явився у Франції (м. Тулуза, 1973 р.), а в Україні – на Волині (м. Ковель, 2008 р.), потім – у Полтавській області (м. Кременчук, 2009 р.). Зараз вони працюють у багатьох містах нашої держави – Києві, Полтаві, Житомирі, Львові, Миколаєві та ін.

Згідно з дослідженням Всесвітньої організації охорони здоров'я Україна займає одинадцяте місце у світі за розповсюдженням депресії (а серед країн СНД – перше), особливо в середовищі людей пенсійного віку. На думку експертів, навчання – ефективний засіб профілактики депресій. Участь у навчальному процесі дає змогу людині поважного віку крокувати в ногу з часом, тренувати пам'ять, розвивати інтелект. Університети

третього віку допомагають старшому поколінню адаптуватись до сучасного суспільного життя; підтримують фізичне та інтелектуальне здоров'я; сприяють зайнятості, розширенню світогляду; підвищують якість життя літніх людей; сприяють організації такої діяльності, що створює умови для спілкування, самореалізації та активної участі в житті.

3.1.4. Страх грошей

Гроші є антропологічним феноменом. Вони супроводжують людей усе життя і відіграють у ньому важливу роль. Причиною їх появи «був суспільний поділ праці і необхідність регулярного обміну між товаровиробниками, які спеціально виробляють продукти для обміну. Історія грошей така ж давня, як і існування самої людської цивілізації. Зокрема перші монети з'явилися в Давній Греції ще в VIII–VII ст. до н. е.» [249, с. 118–119]. Але для того, щоб зрозуміти суть грошей, доречно певну увагу зосередити на тлумаченні цього феномена.

Сьогодні існує багато визначень грошей, які, згідно з логічно-історичним та функціонально-логічним підходами, можна об'єднати у дві групи. Як твердять функціоналісти, «це загально-визнаний засіб платежу, який приймається в обмін на товари і послуги, а також при оплаті боргів» [368, с. 473]. Отже, «сутність грошей проявляється у їхніх функціях» [25, с. 151]. З традиційної точки зору вони є мірою вартості, засобом обігу та засобом нагромадження. Проте сьогодні роль грошей у суспільному та індивідуальному бутті значно складніша.

Відомий український філософ В. Ільїн запровадив у науковий вжиток поняття «фінансова цивілізація», яке засвідчує процес (процеси) дегуманізації сьогочасного соціального життя. «Філософія прагне до цілісного сприйняття світу, в центрі якого завжди перебуває людина. Сьогодні вона – у центрі світу грошей, фокусуючи на них більшість інтенцій своєї свідомості. Це новий світ, не утопічний, а реальний, створений усім ходом розвитку господарства. Це світ раціональних надій та екзистенційних розчарувань, і разом із тим переконаності, що гроші – “п’ята

стихія”, в якій перебуває людина» [129, с. 7]. Нині чимало людей вважають, що у кого гроші, в того й сила.

Звісно, що страх перед грошима (страх грошей, хрометофобія) – це одна з головних причин проблем з ними. Цей страх може виражатися в кількох видах: 1) страх нестачі грошей; 2) страх втрати грошей; 3) страх перед великими грошима [222, с. 101].

1. *Страх нестачі грошей* проявляється щоразу, коли людина починає думати, що їй бракує грошей. Якщо розглядати цей сигнал на рівні підсвідомості, то в цьому є свій позитивний намір – збереження і захист.

Як правило, коли індивіду бракує грошей, він готовий усе віддати, щоб вони з’явилися. Отже, гроші для нього стають не засобом, а метою життя. З’являються переконання, що все випирається в гроші, гроші можуть усе, важливі не гроші, а їх кількість, тощо. Людина стає рабом грошей і готова віддати за них життя, і не лише своє. На позір прагнення до матеріального благополуччя видається цілком позитивним, але способи його досягнення і наслідки не найкращі: страх, тривога, занепокоєння – усе це руйнує особистість [333]. Але не страх перед нестачею грошей, не сама по собі нестача грошей може бути причиною підлих і ганебних вчинків людей, а їхня патологічна любов до грошей. Вона може призвести до моральної й духовної деградації, безчестя, зради. Свідченням цього є зрада за гроші – тридцять срібняків (згідно з давньоюдецьким законом – ціна раба) Ісуса Христа його учнем, Юдою Іскаріотським. Біблія підтверджує, що деякі люди люблять гроші понад самого Господа. Християни вважають, що особа не може одночасно служити Богові й маммоні (ідеться про схильність до накопичення), що багатство витісняє Бога, воно не є ознакою Божого благословення і заважає людині увійти в Царство небесне. Отже, грошолюбство – великий гріх, який часто штовхає людину на зраду, а зрада – квінтесенція гріха.

2. *Страх втрати грошей.* Людина може залишитися без грошей у кількох ситуаціях: крадіжка, звільнення з роботи, пограбування, штраф, пожежа, аварія, шахрайство, борги тощо.

Втрата грошей може спричинити хворобу. Наприклад, кілька років тому людина вклала чималу суму в одну справу, але в результаті втратила не лише гроші, але й усе майно. Людина настільки болісно переживала цю подію, що в неї з'явилися характерні ознаки цукрового діабету – спрага, сухість у роті, підвищене виділення сечі, слабкість.

Щоб усвідомити причину будь-якого страху, необхідно зрозуміти його природу. Приміром, його могла спричинити подія з нашого минулого, і ми підсвідомо боїмося повторення скрутної ситуації. За відсутності такого сумного досвіду наша занадто розвинена уява може малювати жахливі картини, події, які нібито можуть статися. Цьому сприяють і всілякі історії, про які ми дізнаємося із засобів масової комунікації (новини про розорення заможної людини, про те, що її захопили в полон і вимагають викуп, про шахрайства у світі фінансів тощо) [331]. У нашому випадку, якщо постійно думати й переживати з приводу грошей, то тим самим можна втратити багато своєї енергії. Природно, підсвідомість робитиме все, щоб відірвати нас від того, на чому ми зациклилися: крадіжка, пограбування, штраф тощо. Саме тоді і з'являється страх втрати грошей.

Існує немало дієвих способів його подолання. Перелічимо кілька з них. По-перше, слід заздалегідь підготуватися до можливої втрати грошей. А це означає, що, чекаючи на позитивний результат, важливо враховувати і можливість негативного наслідку. Тоді він не стане раптовим, і людина його не буде дуже болісно переживати. Адже потерпіти невдачу – це не абсолютне зло, бо невдача може цілком бути попередницею перемоги. Особа отримає хоч і негативний, але необхідний досвід. Досвідчені люди говорять: «Це навіть добре, що нам зараз погано». У цьому висловлюванні закумуляовано налаштування індивіда на майбутній успіх і водночас визнається неабияка його цінність (ефект смаку перемоги). Слід усвідомити, що в жодному разі не треба здаватися при негативному результаті (тим більше – першому). По-друге, особі не потрібно думати тільки про гроші, а варто почати сприймати життя як єдиний цілісний організм, піклуватися про людей і навколишній світ. Так цей

страх зникає. Тих, хто не хоче і не вміє це робити, життя в подальшому учить ділитися з іншими, щоб не було застою енергії. Адже рух і його якісний різновид – розвиток має бути постійним.

Втрата грошей особливо актуальна в складні (кризові) періоди існування тієї чи іншої держави. Страх перед нею нерідко спонукає людей до рішучих дій (часто не раціональних, емоційних), щоб зберегти бодай невелику частину. Відомий український дослідник історії й теорії кооперації (передусім споживчої) М. Аліман в одній із своїх розвідок писав про кризу середини 1860-х років у Англії, коли у першому в світі споживчому товаристві «чесних піонерів», створеному в містечку Рочдейл, вкладників охопив реальний страх за майбутнє своїх заощаджень, адже збанкрутіла одна з його ощадних кас. Вкладники «звернулись за своїми грошима і в касу споживчого товариства. Товариство володіло достатніми запасами коштів і не відмовляло бажаним забрати свої вклади. Один робітник, вклад якого сягав 24 фунтів, просив, щоб йому повернули хоча б 16, погоджуючись втратити решту на користь товариства. На його велике здивування йому повернули весь вклад. Та згодом він знову їх приніс у споживче товариство. Жінка, вклад якої складав 40 фунтів, була такою великодушною, що зовсім не вимагала його повернення. Вона заявила, що до вступу в товариство у неї ніколи не було ні одного шилінга в запасі: все, що в мене є, дало мені товариство...» [7, с. 4]. Тож у непрості, кризові часи люди боялися непевності свого майбутнього, свого існування. А це, у свою чергу, породжувало панічні настрої (страхи) передусім у незаможних верств населення, які мали великі надії на споживчу кооперацію (її товариства). Дехто з них забирав свої заощадження, були й такі, що довіряли товариствам, бо ті захищали інтереси вкладників, дотримуючись при цьому основних кооперативних принципів (цінностей) та використовуючи низку запобіжних засобів від втрати. Вірячи в краще, люди водночас не відкидали можливості втрати своїх грошей, адже в житті доводиться часто ризикувати.

Втрата грошей – це якоюсь мірою теж їх використання. Тільки користь при цьому одержує хтось інший. Людина, яка позбувається грошей, повинна навчитися брати щось позитивне навіть із цього. Вона має сама себе запитати, таким чином звернувшись до підсвідомості: навіщо потрібно було втрачати гроші, що у мене від цього може бути позитивного і важливого? Імовірно, ніякої втрати й не було... Імовірно, гроші (100 грн, наприклад) я втратив для того, щоб вони дісталися людині, якій вони більш потрібні, ніж мені зараз. Так ми виправдовуємо випадок, що трапився з нами, і зменшуємо ступінь напруги, яка часто призводить до глибокого стресу (стрес – це «стан напруження – сукупність захисних фізіологічних реакцій, які настають в організмі тварин і людини у відповідь на вплив різноманітних несприятливих факторів (стресорів)» [286, с. 530]), що загрожує здоров'ю і життю. Завдяки самонавіюванню замість переживання втрати з'являється полегшення і радість.

3. Третій різновид страху – страх перед великими грошима. Чимало людей навіть подумати не можуть, що здатні розбагатіти, бо стереотипно вважають, що тільки важкою працею великих статків не заробиш: то переважно є плоди злочинів та аморальності. Так формується уявлення про те, що великі гроші – зло.

Заслугує на увагу правило: у людини повинно бути стільки грошей, скільки їй необхідно в даний момент і скільки вона готова мати. Більше – погано, менше – теж. Виявляється, якщо у нас немає потрібної суми грошей, то це може означати, що ми не готові її мати в такій кількості. Наведімо приклад людей, у яких грошей не було взагалі, але як тільки у них з'являлася конкретна мета, план і дії, тут же з'являлися й гроші. Вони приходили в їхнє життя іноді несподіваними способами. Дещо пізніше стало зрозуміло, що це були підсвідомі закономірності і результати прояву наміру [333].

Утім доречно пригадати відомий вислів – «Великі гроші – великі проблеми», в якому є доля правди. Деякі люди, маючи багато грошей, примудряються залізати в борги. Якщо з малими грошима не було радості і щастя в житті, то з великими так само

може виникнути ще більше турбот, тривог, сумнівів, страхів. А це, у свою чергу, часто призводить особистість до стресу (передусім психологічного), а відтак – до погіршення і втрати здоров'я. У кожної людини є так званий внутрішній грошовий максимум, певна сума грошей, розпоряджаючись якою вона почувається досить упевнено, комфортно. Коли ж кількість грошей перевищує психологічний поріг, тоді й з'являється страх перед ними.

Як і розглянуті вище страхи, страх грошей виокремлюється у дві групи. До *першої* належать ті, що з'явилися в людини після перенесених бурхливих негативних переживань. Наприклад, у дитинстві вона впала з дерева чи з балкона і тепер боїться висоти. Або опинилася в замкнутій квартирі під час пожежі, і тепер навіть легкий дим викликає у неї паніку. Емоційна пам'ять людини записала цю інформацію, і страх міцно засів у свідомості (і підсвідомості). Дуже влучно про це висловився знаменитий режисер, актор і педагог К. Станіславський: «Раз ви здатні бліднути, червоніти лише через одну згадку про пережите, раз ви боїтеся думати про давно пережите нещастя, – у вас є пам'ять на відчуття, або емоційна пам'ять» [269, с. 137].

У сфері ведення бізнесу подібний страх грошей може виникнути, якщо особа в результаті шахрайства своїх партнерів або споживацького ставлення держави втратила велику суму грошей. Можливо, людина потрапила в ситуацію, коли в неї вимагали гроші, пробували їх відняти, погрожували завдати шкоди їй або її сім'ї. І тепер гроші викликають у людини прихований страх, хоча особливих причин нині для цього немає [331].

Другу групу складають страхи, які виникли не внаслідок негативного досвіду особистості, а засвоєні нею із засобів масової інформації (ЗМІ) або якихось інших джерел. Зі ЗМІ особа часто чує про розорення або пограбування кого-небудь, про банкрутство великої компанії, про масштабне шахрайство, жертвою якого став успішний бізнесмен. З нею самою такого ще не було, але вона однаково боїться. Раз таке сталося з кимось іншим, то цілком може статися і з нею.

Страх називають однією з могутніх емоцій, яка може керувати людиною. Особа, що боїться залишитися без грошей, ставши багатою, навряд чи звільниться від страху збідніти. Вона постійно думатиме, що, розбагатівши, у будь-якому випадку ризикує розоритися.

Людям часто здається, що грошей недостатньо. Тому чимало людей бояться витратити гроші, навіть якщо мають величезні статки.

Варто звернути увагу на те, що: 1) відкидаючи страх залишитися без грошей, ми дозволяємо собі мати гроші; 2) ми завжди зустрічаємося з грошима у такій формі, в якій про них думаємо; 3) гроші люблять спокій; 4) думаючи, що гроші даються тільки важкою працею, ми й отримуватимемо їх тільки важкою працею; 5) гроші завжди йдуть туди, де їх чекають і люблять.

Досить часто успішні підприємці наголошують, що найголовніше в досягненні успіху й багатства – це відсутність обмежень у нашій голові. З їхніх вуст звучать практичні поради, які аж ніяк не претендують на абсолютну істину, але варті уваги: 1) доки ми чогось боїмося, ми обмежені у своїх можливостях; 2) тільки ми здатні породити багатство для самих себе; 3) достаток визначається не кількістю грошей, а тим як себе почуває людина з тією кількістю грошей, якою вона володіє.

Дослідники виділяють чимало помилок у поведінці людей з грошима, спричинених стереотипами. Серед найбільш характерних виокремимо такі: 1) гроші дістаються тільки важкою працею; 2) грошовий успіх залежить від займаної посади; 3) фінансова залежність – це карма, доля і тут нічого не можна змінити; 4) працювати потрібно тільки заради грошей; 5) гроші є тільки засобом досягнення мети; 6) вирішення життєвих проблем залежить від наявності грошей; 7) багатим можна стати тільки за рахунок інших; 8) гроші завжди псують людину; 9) гроші «брудні»; 10) треба нічого собі не дозволяти; 11) багатіють ті, хто виявляє скупість і дріб'язковість у грошах; 12) багатство страшне і небезпечне; 13) ті, в кого багато грошей, викликають заздрість; 14) гроші є культом для поклоніння; 15) будь-яка ініціатива не потрібна. Такі думки потрібно відки-

дати, бо вони налаштовують на страх перед життям і на всілякі негаразди.

Щоб уникнути помилок у поводженні з грошима, важливо відкрити для себе нові установки, а саме: я залучаю гроші, я стверджую щастя, я множу любов. Випромінюючи таку енергію, наша свідомість несе у Всесвіт точний сигнал, який приймається тими, хто налаштований на таку ж хвилю. У результаті до нас притягуються ті люди й обставини, які відповідають сигналам нашої свідомості. Потрібно випромінювати щастя – і до нас воно обов'язково повернеться і притягнеться нами ще в більшому обсязі [331]. Отже, успіх може породжувати новий успіх.

Не слід забувати, що для того, щоб щось змінити, необхідні наше сильне бажання; ясне й чітке уявлення про те, що хочемо і що необхідно змінити; наші дії. Усе бере початок з наших мізків. Тож треба поставити чітку мету (де мета – це не надія, а зобов'язання; це не мріяння, а бачення). Її усвідомлення дає нам силу й активність для діяльності. Потрібно не боятися, а вірити в те, що ми гідні щастя і багатства (але в жодному разі не намагатися будувати своє щастя на нещасті інших людей).

Страх грошей – річ підступна. Загалом він не так часто проявляється, але накопичується і зміцнюється ще змалку. Згадаймо, чим лякають дітей деякі батьки. «Не бери монети в рот, вони брудні!». А дитина, в якої ще не розвинуте понятійне, абстрактне мислення, сприймає слова буквально: «Гроші – бруд». Бруд, як відомо, шкідливий, від нього заражаються і хворіють. Тож страх хвороби прирівнюється до страху грошей [334].

Страх грошей здавна слугує дієвим інструментом маніпуляції суспільством. Наприклад, у Біблії – священній книзі християнства послідовно утверджується думка про те, що добре й почесно не мати грошей, що Всевишній особливо милостивий до бідних, а багатому проблематично потрапити в Царство Небесне. Істинному християнину потрібно нести хрест безгрошів'я все життя, щоб отримати подяку після смерті. Доречно згадати приказку: «Гроші – корінь зла». Проте ця заява є більшою мірою елементом навіювання і програмування, ніж джерелом знань.

Скандали через гроші сьогодні досить поширені в сім'ях. Гроші іноді виступають руйнівником дружби і причиною сварок. «Хочеш втратити друга – позич йому гроші». Це теж канал навіювання страху грошей, оскільки дружба, на нашу думку, не руйнується грошима – руйнується передусім ілюзія дружби.

Страх перед явищами, пов'язаними з грошима, переноситься на самі гроші. «Може, так влаштовано мислення людини? Якщо чоловікові набридло «пиляння» дружиною з приводу зарплати, то в принципі він може поміняти дружину, але у нього пропаде бажання їх більше заробляти. Сам собі скаже: “Та ну їх, ці гроші, від них одне горе”» [334].

Слід зауважити, що самі по собі гроші не спричиняють страх. Страх викликає те, що з ними пов'язане. Причому коло причин страху (приклад батьків, сумна доля кумирів шоу-бізнесу, стереотипи, нав'язані суспільством, тощо) зростає з дитинства і множитья впродовж людського віку.

Особа, яка думає, що якість життя може залежати від грошей, а точніше, від їх кількості, помиляється. Американський підприємець, інвестор, письменник і викладач *Р. Кійосакі*, котрий став відомим завдяки книзі «Багатий тато, бідний тато» [153], наголошував, що «спочатку страх залишитися без грошей мотивує нас старанно працювати, але одного разу, отримавши гроші, ми потрапляємо в сіті жадібності й бажання, які змушують нас думати про всі ті прекрасні речі, які можна придбати за гроші. Люди отримують декілька баксів у руки й емоції радості, бажання і жадібність беруть гору над розумним мисленням (люди втрачають голову, здоровий глузд – *прим. М. М.*). Емоції формують у них нерозсудливе мислення» [153].

Спираючись на факти з сучасного американського життя, *Р. Кійосакі* розглядав взаємовідношення роботи, грошей і щастя та робив при цьому не оптимістичні висновки. «Вони (люди – *прим. М. М.*) відчують страх, вони йдуть на роботу, сподіваючись, що вгамують страх, але це не так. Цей старий страх переслідує їх, і вони знову повертаються на роботу, сподіваючись, що гроші розженуть їхній страх і знову нічого не відбу-

вається. Страх тримає людей у цій пастці роботи, заробляння грошей. У надії, що страх пройде, люди знову йдуть працювати і заробляти гроші. Але щодня вони встають, і разом з ними прокидається страх. Гроші керують їхнім життям, а люди відмовляються зізнаватися собі в цьому. Гроші контролюють їхні емоції, бажання, а значить, і їхні душі. Вони ніколи не виглядають при цьому щасливими, гроші примушують їх поспішати на роботу» [153].

Виходить, якщо в особи з'являються гроші, то надалі потреби в них постійно зростають. «Люди, щоб задовольнити свої бажання, ідуть заробляти гроші. Вони бажать мати гроші заради тієї радості, яку на них можна купити. Але радість, яку приносять гроші, часто мала, і людям потрібно ще більше грошей для більшої радості, більших задоволень, більшого комфорту, більшої безпеки. І люди працюють і працюють, думаючи, що гроші заспокоять їхні душі, які терзають і розривають страхи і бажання. Але гроші не можуть зробити це. До того ж більшість багатих людей дуже бояться втратити свої гроші. Бідна людина також нещаслива. Нестача грошей нервує так само, як і їх надлишок» [153].

Р. Кійосакі наголошував, що «потрібно використовувати емоції страху і бажання на свою користь, а не навпаки. Просто заробляти багато грошей недостатньо. Цим неможливо отримати перемогу над страхом і бажанням. Спочатку потрібно подолати страх і бажання розбагатіти, інакше дуже легко перетворитись на високооплачуваного раба» [153].

Емоції роблять людину людиною, формують їх мислення. Тож важливо навчитися формувати своє мислення. Тяжко витратити життя на страх, не знайшовши своєї мрії, думати, що гроші принесуть щастя чи робота дасть почуття безпеки, – означає брехати самому собі.

Гроші є продуктом людського середовища, який, утім, може ставати над людьми й керувати їх життям. Саме тоді і з'являються пов'язані з ними страхи.

Страх грошей може випробовувати і спонукати до дій, але й навпаки – паралізувати розум особистості, не давати їй ясно мислити й усвідомлювати реальність.

3.1.5. Страх Божий

«Біблійна енциклопедія» (1990) констатує, що «страх Божий є християнською чеснотою, – таке благоговіння перед безмежною святістю Божою і таке побоювання образити Господа порушенням Його святої волі, що мимоволі розвиває в християнині особливу пильність, смирення і безустанну молитву. Християнин, наповнений страхом Божим, завжди благоговіє перед Богом, тобто вважає гнів Отця Небесного великим для себе нещастям, а тому старається, щоб не розгнівати Його» [36, с. 678]. У другому томі «Повного православного богословського енциклопедичного словника» (1992) страх Божий тлумачиться як одна з великих чеснот та обов'язків людини. Це поняття в цьому джерелі має принаймні чотири значення: «а) страх, боязнь, побоювання покарання від Бога, як нижчий ступінь чесноти страху Божого; б) здивування, трепет, жах перед величчю подій; в) благочестя, благочестиве життя; г) абсолютна чистота і святість життя, як вищий ступінь страху Божого, до ототожнення його з більш досконалою, синівською любов'ю до Бога» [274, с. 2122].

Дослідники справедливо зазначають, що в бутті людини, яка сповідує християнські принципи, серед різноманітних природних, соціальних, екзистенціальних страхів, страх Божий посідає особливе місце. З цього приводу російський філософ-екзистенціаліст Л. Шестов (1866–1938) писав: «Чи для епікурійця, чи для стоїка *virtus*, мужність, – вища, основна, першочергова чеснота: не дарма у римлян цим словом позначалася і мужність, і доброчесність взагалі. Але християнин знає й інші чесноти – для християнина, взагалі для людини, того, хто вірить у Бога, страх Божий є начало премудрості» [401].

Виникає чимало запитань щодо означеного нами феномена. Виходить, що християнин, який відчуває страх перед Богом, живе з ним, перебуваючи в постійному страхові? Невже Бог спасає людину заради того, щоб вона жила з ним у страху? Індивід швидше вірить у суворого, караючого Отця, якого потрібно боятися, ніж в Отця, який милує, любить, турбується.

А якого Бога Отця представляє нам основне джерело християнства – Біблія?

Про неприпустимість почуття страху у взаєминах людини з Богом говорив М. Бердяєв: «Внесення у нашу релігійну віру і в наше ставлення до Бога релігійного страху є внесення категорії буденного природного життя у вищу сферу, у якій вона не може застосовуватися. Страх може бути перед злим звіром чи перед інфекційними захворюваннями, але не перед Богом. Боятися можна влади цього буденного світу, царів, народних комісарів чи жандармів, але не Бога» [30, с. 153]. Людина може жахатися Бога, сумувати за ним, але не повинна відчувати перед ним страху. Як повідомляє О. Логінова, М. Бердяєв вважав украй аморальним використання релігійного страху владою і політиками для досягнення своїх цілей [191, с. 83].

Зазначимо, що у Святому Письмі є 365 висловів про страх, серед них особливо вирізняється поняття – «страх Господній». Історії людства відомі випадки, коли проповідники Євангелія уявляли Бога караючим, невтомним борцем з людськими гріхами, виправдовуючи свої погляди одним із віршів Біблії: «І до одних будьте милосердними, з оглядом; а інших страхом спасайте, викидаючи з вогню, викривайте ж із страхом, гребуючи навіть одягом, який спаплюжений плоттю» (Іуди 22, 23).

Як зрозуміти фразу «страхом спасайте»? Невже можна спасти людину, залякавши її? Як довго захоче бути такий «спасенний» із Богом у Царстві, якщо його привели до спасіння через страх? Якщо людина відчуває страх щодо Бога, то виходить, що вона живе з ним, перебуваючи в постійному страху? Як бути з текстами Писання, де говориться, що «Бог є любов» (1 Іоанн 4:8), а також, що в любові немає страху, але досконала любов виганяє страх, тому що в страху є мука; той, хто боїться, недосконалий у любові (1 Іоанн 4:18)? Невже ці тексти суперечать уривку з Послання Іуди?

Справа в тім, що буквальний переклад цього тексту з грецького оригіналу звучить так: «І одним будьте милостиві, з оглядом, а інших у страху спасайте, викидаючи з вогню» (Іуди 22). І такий переклад фрази «у страху спасайте» змушує подиви-

тись на суть Євангелія зовсім з іншого ракурсу. У Біблії зустрічаємо схожий приклад: «Отож, кохані, маючи такі обіцянки, очистимо себе від всякої скверни плоті і духу, здійснюючи святиню у страху Божому» (2 Кор. 7:1). Людина може розкрити інший план спасіння, тільки перебуваючи в страху Божому. У Притчах Соломонових сказано: «Початок мудрості – страх Господній, і пізнання Святого – розум» (Прит. 9:10). Соломон пише: «Страх Господній – джерело життя, що позбавляє від мертва смерті» (Прит. 14:27). Тож ідеться тут не про страх як жах, а про благоговіння, повагу.

Бог ніколи не доручав своїм послідовникам спасати людей за допомогою страху. Ми бачимо, що сам Ісус ніколи не використовував страх, грубу силу як інструмент впливу на людей. «Син Людський прийшов не губити душі людські, а спасати» (Луки 9:51-56). Ісус проповідував не тільки про любов Бога Отця, але й про суд і про те, що «будуть землетруси великі та голод, та помір місцями, і страшні та великі ознаки на небі» (Луки 21:11). Але говорив він не для того, щоб залякати слухачів, але щоб попередити про небезпеку, яка загрожує всім людям.

Християни вважають, що Господь Бог як вільна особистість створив нас за своїм образом і подобою, а тому «за людиною завжди залишається свобода вибору, яку Господь поважає. Бог ніколи не хотів і не хоче підкоряти людину, використовуючи страх, як це робить його супротивник – сатана. Якщо індивід живе в страху і не хоче спілкуватися із Всевишнім тільки тому, що бачить у ньому караючого, суворого суддю, то в такому разі потрібно пригадати, що Писання говорить про нього протилежне» [161, с. 3]. Біблія свідчить, що Бог – люблячий Отець, і люди не є сиротами в цьому велетенському світі, їм немає потреби боротися за виживання. Потрібно лише довіритися небесному Отцю, який може відігнати від людей усякий панічний страх. Бог не бажає, щоб ми перебували в зоні страху. У своєму Слові Він переконує: «Любов'ю вічною Я полюбив тебе і тому дав тобі благовоління... не бійся, бо Я – з тобою; не бентежся, бо Я – Бог твій; Я зміцню тебе, і допоможу тобі, і підтримаю тебе правицею правди Моєї» (Іерем. 31:3; Ісайї 41:10).

Згідно з християнською доктриною, страх закладений у самій суті людини і з'явився, після гріхопадіння. У Старому Заповіті простежуються два аспекти страху: «з одного боку, страх є наслідком порушення божої заповіді, неналежного ставлення до Бога, він породжує відчуття вини; з другого боку – страх Божий є основоположною характеристикою належного ставлення до творця і виражається в трепетному благоговінні перед тайнами божественного буття. У християнстві одна з характеристик називається богобоязливість» [304, с. 15].

Біблія наголошує, що начало премудрості – страх Господній (Пс. 110, 10; Притч. 1, 7; 9, 10). Страх Господній веде до життя, – пояснює премудрість [і додає, – і хто має його, завжди буде задоволений, і зло не настигне його] (Притч. 19, 23). Отже, це страх животворний, що очищає людину від зла зсередини і відображає руйнівне зло ззовні. Очевидно, той, хто не має страху Божого, не має й захисту від цього подвійного зла. У страху перед Господом – надія тверда (Притч. 14, 26). Ці слова, певна річ, означають те, що той, хто береже в собі Божий страх, має в Богові й уповання. Страх Господній – джерело життя (Притч. 14, 27). Відомий діяч православної церкви Микола Сербський (Велимирович) (1880–1956) підкреслював, що «джерело ховається в мороці, він сокровений, але, вирвавшись звідти, стає рікою, що тече і блищить на сонці. Джерело й ріка – чи не є це картина страху в любові? Але звідки взятись річці, якщо немає джерела? Блаженна людина, яка завжди перебуває у благоговінні (у сербськ. «яка завжди боїться Господа») (Притч. 28, 14), перебуваючи у постійному страху перед Богом, людина відчуває себе щасливою. Це не вимагає пояснень. Достатньо лише пробігти поглядом по людях і порівняти людину, що немає страху Божого, і людину, що носить його у своєму серці. У першій – невдоволення і збентеження, а в другій – спокій і сталість» [342, с. 268–269].

Давид говорив: «Прийдіть, чада, послушайте мене, страху Господньому навчу вас» (Пс. 33, 12). Боячись Бога, він проповідував страх Господній і нікого, крім Бога, не боявся. Старозаповітний цар діяв відповідно до народного прислів'я: «Хто Бога боїться, той нікого іншого не боїться».

Як антитеза цьому написано, що той, хто не боїться Бога, боїться всіх і вся. Пророк Ісайя викривав невірний рід: «Жах і яма і петля для тебе, житель землі!» (Іс. 24, 17). Страх перед усіма і кожним – це Боже покарання тим, що змарнували страх Божий. Так говорить Господь через пророка Мойсея: «Якщо ж не послухаетесь Мене і не будете виконувати всіх заповідей сих... пошлю на вас жах» (Лев. 26, 14, 16). І далі повторює: «Тим, що залишилися з вас, пошлю в серця працювати у землю ворогів їх, і шум хиткого листка пожене їх, і тікатимуть, як від меча, і загинуть, коли ніхто не переслідує» (Лев. 26, 36). З цього випливає, що є два види страху: один до життя, а другий до смерті? Страх Господній – до життя, а страх перед усім і вся, крім Бога, – до смерті.

Старозаповітні пророки і мудреці багато пишуть про страх Господній. Власне, весь Старий Заповіт «пройнятий рятівним страхом Божим, так що його можна назвати і Заповітом страху. Любов же ледве згадується в декількох місцях у всій цій великій книзі, та й то якось побіжно. Страх – головна й основна тональність цієї книги. Як мати наставляє і виховує дітей у перші декілька років тільки страхом, так і Господь Бог страхом керував і навчав народ Ізраїльський» [342, с. 271].

Дещо пізніше з'явився Заповіт любові – Новий Заповіт. «Бог є любов» – у цьому благовістя, радісна звістка Нового Заповіту. Ця, друга частина Біблії, дише Божественною любов'ю. Любов – його атмосфера, вінець усього, вершина досконалості. Але Новий Заповіт не скасовує страху Господнього як умови спасіння і як моральної необхідності для християнина. Страх Божий не втрачає свою цінність у контексті любові до Бога.

Апостоли добре пізнали любов Божу через Христа, але, однак, у своїх повчаннях вони нагадують віруючим і про страх. Так, святий Павло звертається до філіпійців: «Улюблені мої... зі страхом і трепетом здійснюйте своє спасіння» (Флп.2, 12). Апостол Петро заповідає християнам страх Господній, наставляючи: «Зі страхом проводьте час мандрування вашого» (1 Пет. 1, 17). І ще: «Всіх шануйте, братство любіть, Бога бійтеся, царя поважайте» (1 Пет.2,17).

У погодженні зі святими апостолами вчать і отці Церкви. Важко визначити, хто з них більше пропонує страх Господній як обов'язкову умову спасіння (Юхим Сирин чи Ісаак Сирин, Ніл Синайський чи Марк Подвижник, отці палестинські чи отці афонські). Страх і любов не виключають, не виганяють і не знищують одне одного, але органічно взаємодоповнюються. Неможливо, на думку Миколи Сербського, щоб євангеліст Іоанн думав інакше. «Не може бути того, щоб він (Іоанн – прим. М. М.) заперечував страх Господній, проголосивши, що “в любові немає страху”. Потрібно правильно розуміти ці слова, і тоді не буде проблем. Потрібно зрозуміти, що той, хто носить у собі любов до Бога, не має страху ні перед ким і ні перед чим. “Той, хто боїться Бога, більше нікого не боїться”! Отже, любов проганяє не страх Господній, а страх перед демонами і людьми. Новий закон не скасовує закону і пророків. Завіт любові зростає на Завіті страху. Тому у ньому багато святих плодів» [342, с. 272].

Відомо, що любов і батьківство без страху ведуть до розпещеності дітей, а та, своєю чергою, спричиняє свавілля. А в підсумку діти не шанують батьків, а це і зло для дітей, і прикрість для батьків.

Таку картину ми спостерігаємо і нині у взаємовідносинах людей і Бога у багатьох країнах (і передусім на Заході). Там є чимало священиків і проповідників, які давно перестали згадувати про страх Господній [219, с. 244]. Деякі «богослови» відкрито говорять і пишуть, що страх Господній не співзвучний з християнством, отже, не слід відчувати в собі ніякого страху перед Богом! Найчастіше вони говорять про любов без страху і про Бога як Отця, але не як про Суддю [342, с. 273]. Це може призвести багато народів до ганебних наслідків. Бо духовна любов, про яку говориться в Євангелії, якщо не захищати її і не боронити холодком Господнього страху, швидко слабне і переходить у плотську пристрасть, а ця остання знову веде життя до розтління. Нині розпуста під іменем «любові» легально й організовано афішується через Інтернет, телебачення, кіно, книги, художні картини, театральні вистави тощо. Язичницькі «блудодіяння» минулого в порівнянні із сучасною розбещеністю

виглядають зовсім «дрібненькими перчинками». Догоднання плоті ще більше заохочувалося проповіддю про Бога як Отця, але не Суддю. Це породило зухвальство і розбещеність «дітей» перед Отцем і в кінець кінцем призвело до заперечення Отця, до атеїзму [342, с. 274]. Розпуста, псевдорелігійність та атеїзм проникли, як у православ'я, так і на мусульманський Схід.

Чимало людей страждає від нічим необґрунтованих страхів, які називаються фобіями. Одні бояться натовпу, інші, навпаки, відкритого простору, треті – висоти. Є навіть така фобія, як «теофобія», тобто страх Бога. Ця аномалія психіки виявляється в тому, що людина або відчуває панічний жах перед Богом, або не може чути спокійно розмов про Бога, категорично заперечуючи сам факт його існування.

Теофобія зустрічається досить часто. У «Посланні до Римлян» читаємо, що богоненависники роблять усе, що можна, щоб тільки не думати про Бога, вирвати з корінням будь-яку думку про нього із свого розуму (Рим. 1:28). І результат цього драматичний: «Вони зникчменіли своїми думками і запаморочилось нерозумне їхнє серце» (Рим. 1:21). Тому не дивно, що люди з науковими ступенями намагаються логічно доводити «страх перед релігією» (наприклад, професор філософії та юриспруденції Нью-Йоркського університету Т. Нейджел щиро зізнається, що він і сам «дуже сильно схильний до цього страху», і говорить: «Сподіваюсь, що все-таки ніякого Бога немає!») [387, с. 304].

Християни стверджують, що «любити Бога, не боячись Його, просто не можливо. Але правильно й інше – правильним страхом боятися Бога ти будеш тільки тоді, коли будеш Його все більше і більше любити» [387, с. 25].

Релігійний страх неоднорідний і має певну динаміку: розвиток від *нижчого рівня* (на якому страх перед Богом розуміється буквально як страх перед покаранням за гріховне життя або ще в цьому житті, або ж у день Страшного суду) і до *вищого рівня* (коли страх – це вже не крижаний страх із тремтінням у колінах і тривожним чеканням помсти за порушені Божі заповіді, а глибока любов до Бога). Імовірно, «всі люди розпочинають шлях до Бога з Божого страху, а більшість із них так і залишається на

першому чи другому ступені, і лише не багато доходить у своєму розвитку до любові – вищого ступеня страху Божого» [304, с. 15].

Преподобний Максим Сповідник (Максим Богослов) (580–662) акцентував увагу правовірних на амбівалентності страху Божого (двох складників цього страху). Він говорив про «чистий» і «нечистий» страх. Нечистий страх народжується покаранням, а вже від нього, у свою чергу, з'являються терпіння, стриманість, надія на Бога, безпристрасність із якої витікає любов. «Чистий» страх безпосередньо пов'язаний із самою любов'ю і продукує в душі людини благоговіння (для припинення можливого нехтування Бога) [101, с. 14]. Тож виявляється, що страх Божий – не що інше, як боротьба двох різновидів страху за умови перемоги «чистого» страху, який є благоговінням.

На думку російського філософа і релігійного мислителя С. Франка (1877–1950), «благоговіння – це сакральне перетворення в нерозривну єдність двох протилежностей – почуття жаху перед безоднею загрозливого буття і бажання досконалості, щастя, отримання спокою для душі. Це сакральне творче (для людської душі) перетворення єдності протилежностей кардинально відрізняється від швидкоплинних актів сурогатної єдності (пристрасного, запеклого, оргійного)» [67, с. 533].

Страх Божий розуміється як совість, як страх не зробити добро. Аврелій Августин указує на «страх втрати належності до соціальної групи, що змушує людину діяти відповідно до нормам, які прийняті в цій групі. Страх втратити земні блага штовхає на злочин» [1, с. 26].

Глибокі внутрішні переживання людини прокладали шлях християнській ідеї самоочищення через страждання. Цій релігії чужа споглядальність і спокій античного світу. Переконання, що від Божої ласки і сили власної віри залежить її доля, не залишає людині місця для спокою і незворушності. Індивід метається між страхом і надією на чудо. Це робить його життєву ситуацію і його «Я» внутрішньо конфліктними.

Філософська медієвістика стверджує, що Середньовіччя було особливим етапом у становленні й розвитку християнської

ідеології. У цей час здійснено відкриття феномена почуттів – одкровення, віри, любові, совісті. Звичне людське почуття страху також піднялося на нові релігійно-філософські вершини. Ідеться про страх перед Богом, тобто сутністю, яка наділена досконалістю. У досконалість вірять і схиляються перед нею як сущим. «У світлі уявлень про Бога з самого початку розглядались також могутні природні сили і речі, перед якими спочатку схилялись і боялися ще наївно, пізніше схилялись (або боялися їх) перед невидимими, незрозумілими силами, що стояли за явищами або ж діяли в найбільш звичайних явищах і управляли ними, як перед духовними сутностями. Тому ці сутності стали одночасно ідеальними і бажаними: вони суть те, чим і якою людина не є, але хотіла би бути. Вони вносять ясність і стійкість у заплутане й нестійке існування; надають життю вищий сенс і є представниками загального принципу, що дозволяє зрозуміти світ з усім злом і з усіма стражданнями, а також знаходити пояснення загадкам власної душі» [304, с. 16]. Завдяки прогресивному здійсненню людиною морально-релігійних цінностей відбувається становлення божества. Згідно з Ф. Ніцше і Ж.-П. Сартром, «Бог є лиш ідеал самоздійснення людини в безкінечній перспективі майбутнього. Тому «Божий страх» є, по суті, страх людини не реалізувати себе як справжню істоту» [304, с. 17].

Людина не повинна відчувати страху перед фізичною смертю, яка торкається лише фізичної оболонки і земного гріховного життя. Справжній страх – це страх за душу, за можливість її очищення.

Не раз поставало питання про те, як примирити страх Божий з християнським розумінням Бога. М. Бубер на нього відповідав так: «Той, хто починає з любові, не пізнавши спочатку страху, любить кумира, якого сотворив собі сам і якого легко любити, але не справжнього Бога, спочатку страшного і незрозумілого. Якщо ж пізніше людина, як Іов чи Іван Карамазов, помічає, що Бог страшний і незбагненний, він жахається і втрачає надію, якщо тільки Бог над ним не змилюється, як над Іовом, і не приведе його до любові до себе. Це саме і є те, що має на увазі...

Вайтхед, коли говорить, що релігія є перехід від God the (Бог – порожнеча) void the enemy (Бог – ворог), а від нього – до God the companion». У контексті філософії Бубера можна перекласти companion як «Співрозмовник», «Ти» [277, с. 3–4].

У результаті страх Божий приходить як запорука порятунку не лише від страху смерті, але і як засіб подолання всіх інших людських страхів. У трактаті «Про благодать і свободу волі» французький богослов і містик Бернард Клервоський (1091–1153) підкреслював, що «страх – це одна з пристрастей, що виникає від неупорядкованого духовного стану. Лише релігійна віра перетворює страх і спрямовує його в потрібне русло» [191, с. 39].

Своєрідні «ліки від страху» знаходимо в Біблії. «Пиши», або працюй, або навчайся, або будуй, або роби... Займися чим-небудь. Перестань скаржитися, підніми голову і починай діяти. Ось Я повеліваю тобі: будь твердий і мужній, не страйся і не жахайся: бо з тобою Господь, Бог твій, скрізь, куди не підеш» (Іс. Нав. 1:9). Святе Письмо наполегливо і виразно пропонує нам замінити всі страхи людські на єдиний страх, в якому немає муки, – на страх Божий. Достатньо людині одержати цей дорогоцінний душевний стан, як вона перестає боятися всього, чого найбільше бояться в цьому світі. Варто пригадати перших християн, яких піддавали гонінням, які були готові швидше бути розтерзаними дикими звірами, ніж відректися від Бога. Що об'єднувало цих людей? Відповідь очевидна – страх Божий, який проганяє страх людський. Страх Божий у серці та вчинках християн розвиває благородний характер, формує безстрашність непохитних особистостей, які при цьому залишаються на диво скромними, люблячими, терплячими та співчутливими до ближніх, до їхніх недоліків і слабкостей.

3.1.6. Дитячі страхи

Деякі дослідники зазначають, що емоції є навіть у людського ембріона, який тільки-но сформувався. Незважаючи на свій ще достатньо примітивний рівень вони мають велику силу. Одне з таких основних внутрішньоутробних переживань – це страх.

Учені проводили чергове дослідження: «під час абортів робили запис поведінки ембріона. І з'ясувалося, що його реакції збігаються з проявами страху: він стискається і намагається втекти, рухає зародковими кінцівками – тільки от тікати йому нікуди... Тобто хоча ні про яку свідомість ітися тут не може, ембріон відчуває все, що з ним відбувається – і запам'ятовує» [93, с. 1].

Чимало науковців вважають, що почуття страху з'являється в дітей разом з їхнім народженням (передусім на психологічному рівні), але первісно воно лежить поза свідомою психічною сферою. Несвідомі страхи, які виникли в індивіда так рано, будуть постійними супутниками його життя. Коли дитина усвідомить себе як щось окреме від оточення, тоді, при її безпорадності, у неї виникає новий етап відчуття страху, в основі якого – усвідомлення загрози. Тобто до несвідомої додається ще й свідомо сфера людини.

Думки вчених про появу страхів у дітей суттєво відрізняються (від внутрішньоутробного періоду й до 6–7 місяців після народження). Ця проблема надзвичайно складна і дотепер остаточно не розв'язана. Зазначимо, що багато дослідників говорять про «не справжні» і «справжні» страхи. На їхню думку, «справжній» страх потребує певного розвитку мозку людини, тому в новонародженій дитини його не може бути. О. Захаров підкреслює, що почуття страху формується в дітей з 6 місяців, адже у них повинен бути певний рівень пізнавальних процесів, разом із здатністю до прогнозування пережитої раніше небезпеки [121]. Відомий англійський психоаналітик Дж. Боулбі (1907–1990) пов'язує страхи у немовлят (дітей у віці до року) з тимчасовою відсутністю матері, з її несхваленням, із голодом тощо [419, с. 11].

Фахівець з комплексного підходу до розвитку особистості (даний підхід передбачає взаємовплив багатьох факторів – біологічних, соціальних, культурних, психологічних тощо) Г. Крайг зазначає, що «формування почуття особистої і культурної ідентичності, яке проходить у проміжку 2–6 років, супроводжується сильними емоціями і переживаннями, які дитина повинна навчитися інтегрувати в структуру своєї особистості.

Досить складне завдання: знайти вихід почуттю страху і тривоги, горю і гніву, любові і радості, чуттєвості і сексуальній цікавості, прийнятний як для дітей, так і для батьків. Діти знаходять багато рішень цього складного завдання, але, яким би воно не було, вони все-таки переживають конфлікт. Однією з великих проблем, з якою діти повинні навчитися справлятися, – це стрес, що викликається страхом і тривогою. Ці форми психологічного і фізіологічного стресу переживаються дуже тяжко як дітьми, так і дорослими» [168, с. 410]. Страх і тривогу Г. Крайг відносить не до емоційних станів, а до емоцій, наголошуючи, що це – дві різні емоції.

Причин страху і тривоги в маленьких дітей може бути досить багато. Передусім це переживання дітьми того, що батьки можуть покинути їх, перестати любити, покарати за певні проступки (передусім фізично). «Зазвичай батьки ставляться до своїх дітей з любов'ю і розумінням, але іноді з метою покарання можуть позбавити дитину своєї прихильності, уваги і захисту, що викликає тривогу в дітей» [168, с. 410–411]. Г. Крайг зауважує, що «дворічні діти вважають своїх батьків всесильними, у дітей немає реального уявлення про те, як далеко вони можуть зайти в покаранні. Коли виведений із себе один з батьків кричить: “Я тобі голову відірву!”, дитина, яка, можливо, бачила численні приклади схожого насилля по телебаченню, може не знати, що це лише порожня погроза» [168, с. 411].

Своїм покаранням батьки можуть викликати в дітей дуже сильні страхи, з якими вони (діти) будуть боротися і переживати їх усе своє життя. Яскравий приклад цього – незжитий дитячий страх видатного англійського й американського режисера, неперевершеного майстра фільмів жахів («короля жахів») Альфреда Хічкока (1899–1980). «За незначну провину батько відвів сина в поліцію і вмовив поліцейських посадити його в камеру. У ній Альфред провів кілька годин. Цього часу було достатньо, щоб у дитини з'явився комплекс – боязнь поліцейських і автомобілів» [175, с. 246]. Надалі А. Хічкок намагався подолати цей страх протягом усього життя. Дослідники його творчості стверджують, що той дитячий страх кардинально вплинув на діяль-

ність і долю кіномитця. Можливо, у цьому випадку цілком доречно прислів'я: «Не було б щастя, так нещастя допомогло». Режисер створив багато шедеврів у жанрі жаху, серед них фільми «Психо» (1960) і «Птахи» (1963), які «принесли всесвітню славу Хічкоку і мільйонні гонорари» [175, с. 247]. З. Фрейд у своїй теорії моралі стверджував, «що тривога, страх, які відчувають діти з приводу майбутнього покарання, є результатами придушення едіпових почуттів і різноманітних ворожих актів. Більше того, страх перед батьківським покаранням сприяє формуванню Над-Я, чи совісті індивіда» [275, с. 351]. Тож Хічcockів страх можна пояснити саме цим.

Ціла низка дитячих страхів і тривог породжується уявою самих дітей. Іноді тривога виникає, як усвідомлення дитиною власних почуттів, що «виходять за межі дозволеного: гніву на батьків чи вчителів, ревнощів до брата чи друга, бажання знову стати маленьким» [168, с. 411].

У багатьох дошкільнят розвивається страх темряви, що заважає їм заснути після того, як батьки вимикають світло і залишають їх на самоті. На думку дослідників, такий страх спричинений фантазіями і сновидіннями самих дітей, а не якимись реальними подіями їхнього життя. Подекуди поштовхом до подібних фантазій «можуть бути викликані розвитком конфліктів, з якими в даний момент стикається дитина: наприклад, тигри чи привиди можуть з'явитися в уяві дитини в результаті протиріччя між її залежністю і прагненням до автономії» [168, с. 411]. Родоначальник психоаналізу *З. Фрейд* підкреслював, що «першими фобіями в дитини, пов'язаними із зовнішніми умовами, є страх темряви і самотності. Перший із них нерідко зберігається протягом усього життя; і те, й інше викликане в дитини відчуттям відсутності любимої людини, яка няньчить її, – скажімо, її матері. Я чув із сусідньої кімнати, як дитина, злякавшись темряви, гукала: “Говори зі мною, тьотю! Я боюсь!” – “Навіщо? Для чого? Ти однаково мене не бачиш”. На це дитина відповідала: “Коли хтось говорить зі мною, стає легше”. Таким чином, відчуття, що переживається в темряві, перетворюється на боязнь темряви» [307, с. 252].

Отриманий ще в дитячому віці страх темряви із свідомого рівня часто переходить у сферу несвідомого і залишається там надовго, а звідти, за певних обставин, впливає на життя дорослої людини. Він може охоплювати навіть цілі регіони. М. Бутченко повідомляє: «Я прожив у Луганській області більше 30 років і чітко пам'ятаю постійно неосвітлені вулиці, повні ледве помітних силуетів, образів і невеликих відсвітів від вікон дев'ятиповерхівок. Це стосується не тільки доріжок між будинками, але часто навіть центральних, автомобільних трас... Але туманною плямою на міському ландшафті досі залишаються темні артерії вулиць. Це суцільна, майже абсолютна імла оживляла в душі не тільки соціальний дискомфорт, як то раптом пограбують або поб'ють, вона воскрешала всередині тваринний, доісторичний страх невизначеності – життя наповнене темною матерією. Саме в такому ґрунті легко проростають страхи інших форм...» [50]. Перше, чого потребують жителі Донбасу, на думку цитованого автора, – «це зцілення від дитячих страхів темряви» [50].

Світло – це просторовий посередник і опосередкувальний «середній член» (у Платона й Аристотеля), «через» який, «безпосередньо» через якого чи «в» якому ми можемо переконатися, що не самотні. Темрява ж, за контрастом, замикає нас у внутрішню соліпсистську даність [182, с. 63].

Ми вважаємо, що страх темряви і самотності в дітей дуже пов'язані між собою. На цьому наголошує і психоаналітична антропологія (деякі дослідники називають психоаналітичною антропологією не психоаналіз в його класичному розумінні (хоч засновником психоаналітичного напрямку в антропології є З. Фрейд), а нову версію психоаналізу, формування якої було завершено Л. Бінсвангером (1881–1966) публікацією в 1947 р. книги «Феноменологічна антропологія» [186, с. 55]). Темрява, чорний колір, зачинені двері асоціюються із самотністю. Чимало вчених стверджують, що страх самотності формується до 6–7 місяців, а дещо пізніше (у 8 місяців) виникає і страх, пов'язаний із конкретною загрозою, яка надходить з довколишнього середовища (страх сторонніх людей тощо). До дворічного віку цей страх у дитини дещо зменшується, але страхи (самотності,

різких звуків, лікарів) не втрачають своєї актуальності. Із двох років досить значними є страх розлуки з батьками, страх покарання з боку батьків за той чи інший проступок. У дошкільнят дослідники виділяють тріаду страхів: «самотності, темряви, замкнутого простору», які «внутрішньо пов'язані між собою» [121]. У старшому дошкільному віці (6–7 років) основними є страхи: смерті, тварин, казкових персонажів. Зі вступом до початкової школи у дітей досить часто виникає боязнь осуду за порушення дисципліни (тобто певних норм, правил), а також страх перед школою взагалі (особливо, коли вчитель на початковому етапі мав необережність лаяти і наказувати дитину). У підлітковому віці з-поміж основних страхів яскраво виділяються такі: смерті батьків, війни, власної смерті, пожежі, нападу. О. Захаров зауважує, що в дошкільний період переважають страхи, пов'язані з інстинктом самозбереження, а починаючи з підліткового віку, у дітей зростає «питома вага соціальних страхів» [121].

Страх у дитини може розвиватися в результаті як особисто набутого досвіду, так і запозичення в соціумі. Унікальну роль у перші роки життя людини відіграють батьки (особливо мати, яка значно більше часу проводить з дитиною, ніж батько). Коли дитина вперше «стикається з незнайомими явищами, вона отримує необхідну інформацію, слідкуючи за виразом обличчя матері, її голосом і жестами. Як мати реагує на цей предмет: усміхається чи хмуриться? Дитина «налаштовує» свою емоційну реакцію на реакцію матері і таким чином вчиться розуміти значення тієї чи іншої події» [409, с. 128]. Від допитливого ока, яке пізнає світ, ніщо не можна приховати. Страх матері моментально передається й дитині. О. Захаров нагадує, що здатність дитини пов'язувати свої емоційні реакції з поведінкою матері виникає до першого півріччя життя. «Після 6 місяців дитина не лякається відразу при несподіваній дії ззовні, гучному звуці, і не плаче, як раніше, а дивиться на вираз обличчя матері, немовби перевіряючи її реакцію. Якщо вона усміхається, даючи зрозуміти, що нічого не трапилось, усе добре, дитина швидко заспокоюється. Якщо мати замість цього сама перелякана, то схожа реакція

передається й дитині, посилюючи її почуття занепокоєння» [121].

Слід зазначити, що без страху і тривоги в дитячому віці не можливо обійтися. Незважаючи на те, що людина намагається їх мінімізувати або ж уникати взагалі, страхи необхідні для розвитку. Проявляючись у м'якій формі, означені феномени можуть спонукати до навчання. Завдяки страху дитина здобуває і певний первинний досвід у вигляді здорового глузду, який окремі науковці навіть називають окремим типом світогляду). Важливо, що «здоровий глузд засвоюється всіма нормальними людьми у природному життєвому процесі, у повсякденному спілкуванні людей, а саме дітей і дорослих, у діях з предметами нашого звичайного життєвого світу» [363, с. 412]. Батьки, знаючи малечу з навколишнім світом, говорять їй, що можна і чого не можна робити, бо останнє загрожує здоров'ю і життю дитини («Не сунь руки у вогонь», «Не вставляй пальці у розетку» тощо). Для свого засвоєння здоровий глузд «не вимагає будь-якого попереднього знання. Він не є переінтерпретацією знань про речі, уже відомі нам якимось іншим чином. Світ уперше постає у свідомості людини у формах і поняттях буденного здорового глузду. Саме тому ми можемо говорити про його концептуальну первинність» [363, с. 412].

Слід звернути увагу і на те, що немало дітей у товаристві своїх однолітків розповідає страшні історії (страшилки). Це часто відбувається у вечірні години, у темряві. У цих оповідках може бути як сумний, так і веселий кінець. Чому «непоказна дівчинка або боязкий хлопчик-очкарик, що програють у денних забавах і змаганнях, маючи дар слова, здатні опинитися в центрі зацікавленої уваги всієї групи...?» [250, с. 45]. Учені вважають, що так діти самостверджуються, якщо не мають іншої можливості для цього. «Страх, пережитий разом з іншими, змушує дитину сильніше відчувати присутність товаришів, важливість дружньої підтримки, почуття ліктя. Згуртованість дитячої групи у такі хвилини зміцнюється» [250, с. 45]. Відома і психотерапевтична роль страшилок. М. Осоріна запевняє: «Те, що лякає і з чим важко впоратися самотужки, може стати знайомим, безпеч-

ним і дуже смішним, якщо страхітливий предмет обговорюється і розвінчується в групі. Недарма страшні історії виконуються зазвичай у компанії. Тут, у свідомо безпечній обстановці, в колі товаришів, коли напруга виливається активною розрядкою, дитина неначе тренується переживати страх» [250, с. 45]. Страшні історії, які розповідає та чи інша дитина у компанії, дає можливість їй «виразити в традиційних формах і образах ті індивідуальні для кожного страхи, які, не знаходячи відповідного виходу, можуть бути болісними» [250, с. 45]. Ділячись власним страхом з однолітками (і не лише), дитина полегшує емоційний тягар, а це, у свою чергу «породжує особливе задоволення, яке люблять переживати всі діти» [250, с. 45].

Чимало страхів (наприклад, боязнь ванни) заважають людині у повсякденному житті: її поведінка може тлумачитися як відхилення від норми. Крім того, дуже високий рівень хронічного страху і тривоги пригнічує нормальний розвиток і порушує його хід [168, с. 412].

Учені постійно шукають відповіді на питання: «Як можна подолати чи бодай мінімізувати страх і тривогу в дитячому віці?». Страх у дитини може з'явитися легко і швидко, але позбутись його буває дуже непросто. Особливо складно виявити першоджерела страху. Що було його передумовою? З'ясувати передумову означає подолати страх. Наприклад, щоб установити, чому дитина стала боятися темряви, треба проаналізувати багато різноманітних подій, ситуацій, які могли б призвести цього: «Можливо, малюка одного разу злякало страшне чудовисько на стіні. Дізнавшись, що чудовисько – всього лише тінь від татового піджака, почепленого на спинку стільця, дитина може позбутися кошмарів» [403, с. 196].

Слід наголосити, що застосування сили і висміювання та ігнорування дають негативний результат. Коли страхи невеликі, дітей потрібно м'яко і співчутливо спонукати до їх визнання і подолання. Наприклад, «щоб допомогти дитині, яка боїться нічних грабіжників, батьки можуть перевірити разом з нею замки на всіх дверях і домашню систему сигналізації. Упоратися з більш сильними, але уявними страхами, дітям може допомогти

методика десенсибілізації» [168, с. 412]. Метод систематичної десенситизації або десенсибілізації (вільне визначення способу «знечутливлення» до стимулів страху [28, с. 381]), який одним із перших у світовій практиці був ґрунтовно розроблений південноафриканським ученим Дж. Вольпе (1915–1997), полягає в релаксації, що супроводжується повторним пред'явленням низки стимулів, які відповідно зростають за силою страхітливості. Цей метод пропонує усувати страх поетапно. Увесь процес поділяється на три етапи: 1) підготовчий етап (тренування релаксації), під час якого напружують і розслаблюють м'язи, варіюють дихання та мовлення, так щоб за командою в будь-який момент можна було досягти іммобілізації (спокою); 2) проміжний етап, де дається список наростаючих страхітливих ситуацій, для встановлення ієрархії страхів (при цьому потрібно з'ясувати, які сфери страху сильніші, а які слабші, і розподілити описи дитячого стану за шкалою від 0 (немає страху) до 100 (максимальний страх); 3) етап терапії, де особистість у розслабленому стані актуалізує для себе на короткий час (близько 10 страхів) зміст уявлень за ієрархією страхів; як тільки вона починає відчувати страх, то відразу сигналізує про це, і тоді продовжується фаза релаксації, аж поки не буде зафіксовано припинення реакції страху. При цьому поступове наближення до ситуацій, що викликають щораз більший страх, може поєднуватися з іншими процесами (не лише з релаксацією), наприклад, із рольовими іграми в групі з іншими однолітками, що не мають страхів.

Кращий метод для того, щоб подолати тривогу і стрес, – зниження надмірної напруги, з якою діти повинні впоратися. Якщо в них виявляється незвичайно високий рівень напруги чи досить часто виникає роздратування, корисно на декілька днів спростити їм життя за рахунок дотримання розробленого розпорядку дня, чіткого формулювання того, що від них очікують, і полегшення антиципації (передбачення) ними подій, що мають відбутися. Важливо також, щоб діти значно менше ставали свідками батьківських суперечок, бачили сцени насильства, що демонструються по телебаченню чи в мережі Інтернет.

Але багатьох стресових ситуацій неможливо уникнути. Час від часу діти повинні упоруватися з тягарем рядових подій, таких як народження брата чи сестри, переїзд до нової оселі або необхідність відвідувати дитячий садок, так само, як і зі значними, викликаними, наприклад, смертю близьких, розлученням батьків тощо. У цих умовах батьки і вчителі повинні намагатися досягти таких цілей: 1) навчитися розпізнавати й інтерпретувати стресові реакції в дітей; 2) забезпечити дітям тепле, надійне пристановище, щоб повернути їм упевненість; 3) дати дітям можливість розповісти про те, що вони відчують, оскільки з розділеною бідою впоратися легше (народна мудрість говорить, що розділена біда – це вже не біда, а лише її частина – пів біди); 4) не перешкоджати регресивній чи не відповідній віку поведінці, такий як бажання закутатися в ковдру, посмоктати палець, посидіти на колінах; 5) допомогти дітям зрозуміти сенс подій чи обставин, даючи їм усі необхідні пояснення. Належну увагу потрібно звернути на виховання в дітей вольових якостей (сміливості, рішучості, наполегливості, самостійності, дисциплінованості, організованості, старанності, цілеспрямованості, настирності, витримки, ініціативності, самовладання тощо). Адже воля – це «свідома саморегуляція людиною своєї поведінки і діяльності, здатність активно домагатись свідомо поставленої мети, переборюючи зовнішні та внутрішні перешкоди» [343, с. 41]; 6) «ніколи не слід лякати дитину чим би то не було: вовком, коминяром (сажотрусом – *прим. М. М.*), чортом тощо, бо це буде лише зміцнювати її лякливості» [83, с. 18]. Деякі дослідники [83, с. 18] небезпідставно підкреслюють, що дітям не слід про це відчуття багато говорити, щоб не концентрувати на ньому увагу. Набагато краще, коли вони будуть більше думати про щось радісне, бадьоре.

У відповідь на більш генералізовані почуття тривоги і страху, особливо якщо вони викликані напруженою емоційною атмосферою в сім'ї, включаючи розбіжності в питаннях моралі, статевих ролей, діти засвоюють стратегії, які називаються захисними механізмами [168, с. 412]. Захисний механізм – це обхідний шлях для того, щоб приховати чи послабити тривогу. Достатньо

ефективні зазначені механізми при захисті індивіда «від таких неприємних емоцій, як тривога і почуття вини» [391, с. 154]. До 5–6 років діти навчаються користуватися захисними механізмами, щоб приховувати чи маскувати свої почуття, і продовжують чинити так, ставши дорослими людьми. Слід зауважити, що клінічні психологи визнають наявність і важливість механізмів захисту (З. Фрейд називав їх «типовими захистами Я») у всіх своїх пацієнтів як стратегії для зменшення напруги.

Найпоширеніші захисні механізми, які легко засвоюються дітьми, це: утеча, ідентифікація, проєкція, заміщення, заперечення, витіснення, регресія, реактивне утворення, раціоналізація, включення, відчуження.

Більшість дошкільнят використовує декілька видів захисних механізмів. Дуже рідко буває так, щоб дитина обрала один і зверталася винятково до нього. Згодимося, що «утеча і заперечення характерні, в основному, для маленьких дітей. А ось для захисту за допомогою реактивного утворення потрібно бути більш зрілим. Деякі захисні механізми діти засвоюють, спостерігаючи за поведінкою батьків чи братів і сестер, але більшості видів захисної поведінки дитина навчається безпосередньо, пізнаючи на власному досвіді, які з них краще допомагають справитися з тривогою і страхом, не викликаючи додаткових ускладнень» [168, с. 414].

Але слід звернути увагу й на те, що захисні механізми можуть бути корисними впродовж певного часу. Тривала дія цих механізмів призводить до гіперкомпенсації, і вони з помічників (захисників) перетворюються на перешкоди, що ускладнюють розвиток особистості дитини, знижують активність її життєвої позиції під час досягнення нею соціально-значущих цілей. Гіперкомпенсацію психоаналітична філософія тлумачить як форму компенсації, «за допомогою якої досягається дещо більше, ніж просто позбавлення від почуття недостатності... При гіперкомпенсації людина діє так, немовби вона відчуває свою перевагу над іншими (що вказує на наявність комплексу переваги)» [391, с. 210].

Існують певні культурні відмінності в способах вираження дітьми своїх страхів, а також у тому, наскільки вільно вони можуть їх виразити. У сучасній західній культурі є чимало стереотипів (стандартних, часто спрощених думок про окремих індивідів чи соціальні групи), де не прийнято показувати, що ти чогось боїшся. Передбачається, що діти (особливо хлопчики) повинні бути хоробрими, і більшість батьків стурбовані, якщо їхні нащадки боязкі. Але схожа батьківська установка, як справедливо зазначає Г. Крайг, не універсальна. На підтвердження своєї думки вона наводить приклади з індіанської та англо-американської культури: «Батьки з індіанського племені навахо вважають, що дитячі страхи – цілком нормальна і здорова реакція; вони думають, що безстрашною дитиною керує невігластво і безрозсудність. В одному дослідженні батьки з племені навахо перерахували близько 22-х джерел страху. На противагу цьому, група англо-американських батьків із сільських районів штату Монтана назвала в середньому 4 причини страху своїх дітей. У західному суспільстві не схвалюються не тільки прояви страху: передбачається, що діти будуть стримувати і прояви інших негативних і навіть позитивних емоцій: гніву і страждання, любові і радості, чуттєвості і сексуальної допитливості» [168, с. 415].

Причина появи перших страхів у людини до сьогодні залишається не вирішеною, дискусійною проблемою. Думки вчених з цього приводу суттєво відрізняються. Проте беззаперечно, що первинними в дітей є страхи темряви, самотності, чужих людей, смерті, тварин, страх перед лікарем тощо. Страх у дитини може бути результатом як власного досвіду, так і запозичення із соціального оточення. Унікальну роль у виникненні та подоланні страхів у перші роки життя малечі відіграють батьки (особливо мати) [208, с. 134].

Щоб подолати чи бодай мінімізувати страх і тривогу у дітей, є немало дієвих засобів, які можуть застосовувати і батьки, і діти (залежно від віку). У жодному разі при цьому не потрібно використовувати силу, висміювання та ігнорування, які лише поглиблюють страх. Важливо толерантно спонукати дитину, яка боїться, до визнання проблеми. За допомогою методики десен-

сибілізації Дж. Вольпе страх і тривога усувають поетапно, зменшуючи при цьому надмірну напругу. Для боротьби з руйнівною напругою дитина може використовувати силу стратегій низки захисних механізмів, які легко нею засвоюються, але при цьому слід уникати гіперкомпенсації.

Дитячі страхи є надзвичайно складною проблемою сьогодення. Потрібні подальші комплексні міждисциплінарні дослідження означеного нами питання, в яких одну з чільних позицій має займати наука наук – філософія.

3.2. Рівні феномена страху (тривога, переляк, боязнь, страх, жах, паніка, фобія)

Є різноманітні схеми вираження форм та інтенсивності страху. Ці форми являють собою поступове ускладнення оцінки людиною страхогенної ситуації (ситуації, яка може нести загрозу біологічному, духовному, соціальному буттю індивіда). Свого часу І. Кант виділяв декілька ступенів страху: боязнь, острах, переляк і жах [145, с. 501]. Сучасні науковці, які займаються проблематикою страху, також пропонують своє бачення форм (ступенів) страху. Наприклад, Х. Христозов виділяє три ступені вираження страху: переляк, боязнь і жах [24, с. 82]. В Ю. Приходько та В. Юрченка їх вісім: острах, тривожність, боязкість, переляк, побоювання, розгубленість, жах, панічний стан [282, с. 180]. Використовуючи праці дослідників страху В. Андрусенка, В. Дерябіна, М. Савіної та ін., пропонуємо схему прояву страху відповідно до посилення психологічної напруги, пов'язаної з реакцією на несприятливі життєві обставини: *тривога – переляк – боязнь – страх – жах – паніка*. Окрім цього, виділимо ще й *фобію* як окрему і специфічну форму страху зі своєю інтенсивністю [231, с. 201]. Далі ми охарактеризуємо означені форми страху.

Важливо зауважити, що видатний канадський учений-ендокринолог Г. Сельє (1907–1982) у своїй знаменитій «тріаді стресу» на перше місце за інтенсивністю прояву ставить «стадію тривоги» («аларм»). На ній організм по тривозі мобілізується,

тут «в основному закінчується формування нової «функціональної системності» організму, яка адекватна новим екстремальним вимогам середовища» [156, с. 13]. Водночас Г. Сельє вважає, що «жоден організм не може постійно перебувати у стані тривоги. Якщо агент настільки сильний, що значний вплив його стає не сумісним з життям, тварина гине ще на стадії тривоги, протягом перших годин або днів. Якщо вона виживає, то за першою реакцією обов'язково настає «стадія резистентності»» [312, с. 242].

Учені не мають єдиної думки про те, чи є «страх» і *«тривога»* різними за своєю суттю поняттями. Одні говорять, що вони не мають значних відмінностей, інші, навпаки, наголошують на принциповій різниці. При цьому в принципових відмінностях дослідники виділяють як механізми, так і способи реалізації досліджуваного феномена. Тривога, на їхню думку, передусе небезпеці, тобто виникає задовго до неї (небезпеки), а сам страх з'являється під час небезпеки або ж незадовго до неї. Джерело страху має конкретний характер і усвідомлюється людиною, а джерело тривоги досить часто неможливо логічно пояснити й усвідомити. Страх, за свідченням науковців, загальмовує діяльність, значно активізує парасимпатичну систему і паралізує функціональний стан індивіда, а тривога частіше збуджує організм людини і, як правило, спрямовується в майбутнє. Джерело страху – психотравматичний досвід минулого. Тривога пов'язана з майбутнім, а джерелом страху є минулий психотравмуючий досвід. Фізіологи висувають гіпотезу, що «страх локалізований у правій (емоційній) півкулі, а тривога визначається лівою, розумовою частиною нашого мозку. Тривога носить соціально обумовлений характер, а в основі страху лежать біологічні інстинкти» [409, с. 72].

Дослідник М. Литвак вважає страх наслідком взаємодії мислення і тривоги. Первинним почуттям, на його думку, є саме тривога, яка виникає тоді, коли мозок людини оцінює ситуацію, що виникла як несприятлива для особистості [409, с. 71]. Натомість К. Ізард, навпаки, запевняє, що «первинною і самостійною емоцією є страх, а тривога являє собою комбінацію декількох емоцій, однією з яких є страх, а іншими її компонентами є почуття печалі, провини і сорому» [409, с. 71–72].

Як доводить О. Захаров, страх не можна зводити до «усвідомленої тривоги». Це два різних стани. Він вважає, що «тривога відображає собою сигнал про загрозу небезпеки для організму, тоді як страх є відповіддю на небезпеку, що вже виникла» [409, с. 79]. Біля джерел страху, зауважує О. Захаров, стоять біологічні інстинкти, які генетично запрограмовані, а тривога є соціально обумовленою (соціальною), вона залежить від суспільних настанов та соціального досвіду. Страх – це відповідь на явну (конкретну) загрозу, тривога ж, навпаки, виникає тоді, коли небезпека ще не визріла і має невизначений, абстрактний характер, а мозок людини при цьому «ще не встиг чітко виробити оптимальну стратегію поведінки» [409, с. 80].

Учені М. Бачеріков і К. Михайлова тлумачать тривогу «як страх без явного об'єкта, як усвідомлюваний емоційний стан без конкретного змісту» [24, с. 83]. Ю. Щербатих зазначає, що яскраво виражена тривога містить у собі кілька компонентів: 1) усвідомлення фізіологічних відчуттів (що виражається в серцебитті, пітливості, нудоті тощо) та 2) усвідомлення на психологічному рівні наявності тривоги. Тривожні люди часто переймаються тим, що «інші можуть побачити мою боязнь», і вже від такої думки у них виникає почуття сорому. Тобто тривожність викликає посилення цього почуття. Ю. Щербатих виділяє селективність як важливий аспект «тривожного» мислення. Це означає, що суб'єкт такого мислення обирає конкретні теми з життя й ігнорує всі інші, щоб показати достатні підстави розглядати ту чи іншу ситуацію як страшну чи, навпаки, що тривога тут нічим не обґрунтована, даремна. Причому «тривожність може викликати сплутаність і розлади сприйняття не лише простору і часу, але й людей, і значень подій» [409, с. 72].

Нині встановлено, що тривожність у певних ситуаціях може бути корисною для людини, тобто вона (тривожність) не є лише негативною рисою індивіда, яка часто провокує страх, що вельми нелегко переживається особистістю. У результаті ряду досліджень помічено, що «дуже тривожні» особи набагато краще виконують не складні логічні завдання, а «не тривожні» – ліпше упоруються з важкими. Отже, «тривога може нести

адаптивні функції, попереджаючи про зовнішню чи внутрішню небезпеку, підказує організму про прийняття відповідних заходів для попередження небезпеки чи пом'якшення її наслідків» [409, с. 73].

Тривога, на думку видатного радянського психолога і філософа, основоположника діяльнісного підходу в філософії, психології та педагогіці С. Рубінштейна (1889–1960), – емоційний стан, який має неопредмечений (безпредметний) характер. Це почуття відображає об'єктивний стан індивіда, що перебуває в певних взаємовідносинах з довколишнім світом. І «безпредметна» тривога може бути викликана якимось предметом; хоча його (предмета) присутність викликала почуття тривоги, це почуття може не бути спрямоване на нього, і зв'язок почуття з предметом, який об'єктивно викликав його, може не бути усвідомленим. На зміну безпредметній тривозі може прийти предметний страх – страх перед чимось. Людині може бути «взагалі» тривожно, але люди бояться завжди чогось, як і дивуються чомусь і люблять когось [300, с. 574].

Страх – це біологічна реакція, яка дісталася людині від тваринного світу. Водночас, за слушним зауваженням А. Курпатова, тварини бояться, але не тривожаться. Цим вони суттєво відрізняються від людини. Для виникнення страху необхідно, щоб було якесь зовнішнє джерело небезпеки, якась помітна для зору загроза. Тварину не може налякати невідоме; зустрівшись із певною «новиною», вона напружить, зосередиться, але це не буде страхом, а лише підготовкою до нього, своєрідним попереднім етапом перед тим, як по-справжньому злякатися [178, с. 31]. Для виникнення тривоги людині достатньо лише уявити чи подумати – і вона з'явиться. Для цього не потрібно жодних явних ворогів. Кожен із нас може відчувати тривогу навіть тоді, коли нам ніщо не загрожує, коли ми перебуваємо в цілковитій безпеці. У тварини ж, якщо немає прямої загрози її життю, не буде виникати ні тривоги, ні напруги, ні страху. А. Курпатов підкреслює, що «вона (тварина – прим. М. М.), на своє щастя, не може думати: “А що коли я вийду на вулицю і там у мене трапиться серцевий напад? Хто прийде мені на допо-

могу?!”. А людина в такій ситуації – напружитися, злякається і буде тривожитись [178, с. 31]. Страх відрізняється від тривоги передусім наявністю чи відсутністю реальної небезпеки. Він є реакцією, відповіддю організму на несприятливі обставини. Тривога – це почуття занепокоєння, викликане припущенням про ймовірний негативний наслідок.

Цілком співзвучним до попередніх роздумів про тривогу є визначення цього феномена О. Степановим. «Тривога – переживання людиною стану емоційного дискомфорту, зумовленого очікуванням несприятливого розвитку подій або передчуттям можливої небезпеки» [284, с. 367]. Тобто тривога відрізняється від страху тим, що виступає переживанням неконкретної, невизначеної загрози і характеризується певною тугою, побоюванням, стурбованістю, а страх – це реакція на конкретну загрозу.

У теорії З. Фрейда тривога розглядається як смутний, неприємний емоційний стан, який характеризується наявністю поганих передчуттів, страху, напруги і стурбованості. На думку засновника психоаналізу, тривога виконує роль сигналу про те, що може виникнути небезпека для психіки, якщо несвідоме бажання буде реалізоване.

В екзистенціальній антропології страх – це емоційний стан, що супроводжує усвідомлення безглуздості, недосконалості й початкової хаотичності світу, в якому ми живемо. Тривогу екзистенціалісти розуміють як чистий, безпосередній результат «існування в цьому світі» [43, с. 377].

Дуже цікаві думки про тривогу і страх містяться у творчості німецько-американського екзистенціального філософа П. Тілліха (1886–1965). У своїй «Онтології тривоги» він звертає нашу увагу на те, що в страху і тривоги є спільна онтологічна основа, але ж насправді вони різні. Цей факт загальновідомий. Філософ підкреслює, що страх має певний об’єкт і його «можна зустріти, проаналізувати, побороти, витерпіти. Людина може впливати на цей об’єкт і, впливаючи на нього, брати співучасть у ньому – навіть якщо формою співучасті є боротьба» [344, с. 2]. Об’єкт страху здатна перемогти любов (тобто співучасть). П. Тілліх зазначає, що «з тривогою все складається інакше (ніж зі страхом

– *прим. М. М.*), оскільки в тривоги немає об'єкта. Точніше, це можна виразити за допомогою парадоксу – її об'єкт є запереченням будь-якого об'єкта. Саме тому співучасть, боротьба і любов щодо цього об'єкта є неможливими. Людина, охоплена тривогою, повністю віддана їй і позбавлена будь-якої опори, доки це чиста тривога» [344, с. 3]. У стані тривоги в людини може виникати безпомічність. Таке саме властиве і тваринам. Це яскраво виражено в дезорієнтації та відсутності осмисленості сенсу знання і волі. Подібна поведінка, напевно, спричинена відсутністю об'єкта, на якому б міг би зосередити увагу суб'єкт, який перебуває в стані тривоги. У цьому випадку одним єдиним об'єктом виступає не джерело загрози, а сама загроза, оскільки як такого джерела небезпеки не існує. Воно (джерело) є «ніщо». Тож, на думку П. Тілліха, «виникає запитання: чи це загрозливе “ніщо” не є невідомою, невпізнаною формою справжньої тривоги? Хіба тривога не припиняється в той момент, коли з'являється якийсь відомий об'єкт страху? У такому випадку тривога була би страхом перед невідомим. Але таке пояснення тривоги є недостатнім. Адже існує безліч сфер невідомого (у кожній людини вони різні), які сприймаються без жодної тривоги. Річ у тім, що невідоме, яке породжує тривогу, є особливим невідомим. За самою своєю природою воно не може стати відомим, оскільки є небуттям» [344, с. 3].

Тривога і страх взаємопов'язані. Реально вістряє страху є тривога, а вже сама вона тяжіє стати страхом як конкретною боязню чогось (наприклад, хвороби, втрати близької людини, страждання, нехтування себе іншими тощо). Перед «лицем» тривоги, спричиненої цими явища, особа боїться не самого заперечення, яким наповнені ці явища: її тривожить те, що перебуває за межею заперечення, те, що приховано за ним. Яскравим прикладом цього, як вважає П. Тілліх, є страх смерті. «Якщо це “страх”, то його об'єкт – передчуття смертельного захворювання чи нещасного випадку, передсмертних страждань і втрати всього. Якщо це “тривога”, її об'єкт – абсолютна невідомість стану “післясмерті”, небуття, яке залишиться небуттям, навіть якщо наповнити його образами з нашого нинішнього досвіду» [344, с. 3].

Страх смерті впливає прямо чи опосередковано на всі різновиди страху. У них неодмінно можна віднайти елементи тривоги. Отже, «тривога, на яку не вплинув страх перед конкретним об'єктом, тривога у всій своїй оголеності – це завжди тривога крайнього небуття» [344, с. 3]. Іноді складається неправильна думка про тривогу як про хворобливу неспроможність подолати небезпеку, що прихована у тій чи іншій конкретній ситуації. Але більш глибокий аналіз засвідчує, що тривога з приводу будь-якої конкретної ситуації віщує тривогу з приводу людського становища як такого. Тобто в основі всякого страху є тривога неспроможності зберегти власне буття. Отже, тоді, коли людину мучить так звана «гола тривога», колишні об'єкти страху виходять із розряду означених об'єктів (уже стають невразливими).

П. Тілліх виділяє *три типи* (форми) *тривоги* і пов'язує їх передусім із трьома сферами, в яких небуття загрожує буттю: 1) тривога долі і смерті (тривога смерті); 2) тривога вини й осуду (тривога осуду); 3) тривога порожнечі і втрати змісту (тривога відсутності змісту). Він міркує так: «Небуття загрожує онтичному самоутвердженню людини: відносно – у вигляді долі, абсолютно – у вигляді смерті. Воно загрожує духовному самоутвердженню людини: відносно у вигляді порожнечі, абсолютно – у вигляді відсутності змісту. Воно загрожує моральному самоутвердженню людини: відносно – у вигляді вини, абсолютно – у вигляді осуду. Тривога є усвідомленням цієї потрібної загрози» [344, с. 4]. Слід наголосити, що тривога перелічених трьох типів (форм) екзистенційна, бо властива існуванню як такому і не є якимось аномальним станом людської душі (як, наприклад, тривога невротична).

Перший тип тривоги в німецького мислителя – тривога долі і смерті є однією з найбільш фундаментальних та універсальних. Нереально довести неспроможність буття такої тривоги. Раціональні та ірраціональні міркування стосовно безсмертя душі не здатні переконливо довести його існування. Люди прекрасно бачать і усвідомлюють тимчасовість власного буття і невідворотність свого небуття (смерті). Тривогу смерті кожен індивід, представник західної індивідуалістичної культури, переживає

надзвичайно болісно. Не можна стверджувати, що в носіїв східної культури не існує означеної форми тривоги, але вони не настільки сильно переймаються нею, ніж на Заході. «Відмінність колективізму від більш індивідуалізованих цивілізацій зумовлена особливим видом мужності, який властивий стійкому колективізму і який змітає тривогу смерті. Але вже той факт, що мужність повинна творитися багатьма внутрішніми і зовнішніми (тобто психологічними і ритуальними) діями та символами, свідчить про те, що навіть колективізм змушений долати цю основоположну тривогу. ...Людина у своїй сутності людини, незалежно від цивілізації, до якої вона належить, з тривогою усвідомлює загрозу небуття і потребує мужності наперекір їй утверджувати себе» [344, с. 5].

За тривогою долі прихована тривога смерті. П. Тіллх наголошує, що відносна тривога долі є в водночас і абсолютною загрозою смерті, а разом – це не що інше, як загроза онтичному існуванню людини. Тривога смерті накладає відбиток на будь-яку тривогу, що реально існує. Але ж «конкретна тривога певною мірою незалежна і деколи здатна на безпосередніший вплив, ніж сама тривога смерті» [344, с. 6]. Терміном «доля» позначається властивість будь-якої конкретної тривоги з даної групи, а саме: нездатність виявити її мету та зміст, непередбачуваність, її випадковий характер тощо. У певних термінах нашого досвіду можемо показати чимало (наприклад, випадковість нашого буття в часовому відрізку, який розпочинається випадково і так само випадково й закінчується). Тут «випадковий» вказує не на причинну невизначеність, а на те, що певної особливої необхідності істотні сили нашого буття не мають. У долі людини надзвичайне значення відіграє саме випадковість, а тривога долі спирається на усвідомлення людиною, як смертною істотою, випадковості свого існування та крайньої необхідності конкретного буття. Прикметно, що «долю зазвичай ототожнюють з необхідністю, яку розуміють як причинну визначеність, якої неможливо уникнути. Однак зовсім не причинна необхідність, а відсутність крайньої необхідності, ірраціональність,

непроникний морок долі перетворюють долю в джерело тривоги» [344 с. 6].

Тому «загроза небуття, якщо небуття грозить онтичному самоутвердженню людини, – це абсолютна загроза смерті і відносна загроза долі» [344, с. 6]. А втім відносно загрозу можна назвати загрозою тільки тому, що за нею приховується загроза абсолютна. Джерелом невідворотної тривоги доля стає лише тому, що саме за нею прихована смерть. А смерть таїться за долею та її випадковостями у будь-який момент людського існування, а не лише в останні секунди нашого буття. Небуття стає причиною тривоги навіть там, де безпосередньої тривоги смерті не існує.

Другий тип тривоги в П. Тілліха – тривога порожнечі і відсутності сенсу. Термін «відсутність сенсу» в нього означає абсолютну загрозу небуття духовному самоутвердженню індивіда, а «порожнеча» тлумачиться як відносна загроза цього типу. Вони відрізняються одне від одного так само, як тривога перед лицем долі і загрози смерті. Відсутність сенсу прихована за порожнечею, так само, як смерть ховається за карколомними зигзагами долі. «Тривога відсутності сенсу – це тривога з приводу втрати крайнього інтересу, втрати того сенсу, що надає сенс усім сенсам. Ця тривога пробуджується при втраті духовного центру, при втраті відповіді, нехай навіть символічної й опосередкованої, на питання про сенс існування» [344, с. 7].

П. Тілліх вважає, що «тривога порожнечі пробуджується тому, що небуття загрожує окремим сенсам духовного життя» [344, с. 7], а сама «втрата духовного центру призвела до зникнення сенсу з окремих змістів духовного життя» [344, с. 7]. Проте мислитель переконує, що неможливо створити духовний центр, а будь-яка спроба цілеспрямованого намагання здійснити це може породжувати значну тривогу. Тривога порожнечі неодмінно втягує індивіда у вир відсутності сенсу, причому «скінченність людини передбачає таку загрозу, а відчуженість становить її актуалізацію» [344, с. 7].

Урешті-решт людина «відрікається від самої себе, щоб врятувати своє духовне життя» [344, с. 7]. Найвідоміший неофрей-

дист Е. Фромм, зауважує, що індивід утікає від свободи [376], і ця втеча є не що інше, як втеча «від тривоги відсутності сенсу» [344, с. 7]. При цьому він позбувається самотності, на яку наражає його свобода, адже вільна людина сама мусить відповідати за власні вчинки. В особистості зникають властиві їй відчай і сум. Таким чином, індивід стає співучасником, а в «співучасті утверджує змісти свого духовного життя» [344, с. 8]. Звідси яскраво видно, що своє Я індивід приносить у жертву на догоду порятунку смислу [344, с. 8].

Третій тип тривоги – тривога вини й осуду. Тут доречне зауваження філософів-екзистенціалістів про те, що за своє буття відповідальна сама людина. Особистість повинна відповісти на одне з ключових запитань: що вона зробила із самої себе? Хто ставить це запитання, той і є суддею людини. Отже, суддею є не хто інший, як сама людина, бо вона запитує, вона ж і відповідає і водночас протистоїть судді. «Така ситуація породжує тривогу, яка у відносному розумінні є тривога вини, а в абсолютному розумінні – відкидання себе й осуду. Людина за своєю природою є “остаточною свободою”, свобода тут розуміється не як невизначеність, а як здатність визначати себе шляхом прийняття рішень у центрі свого буття [344, с. 8].

У людському середовищі існує єдність добра і зла (двояка єдність). Це проявляється у всьому, що робить людина. Двояка єдність бінарних протилежностей є властивістю людського буття. В етико-моральному плані (моральному самоутвердженні особистості) буття перемішане з небуттям. Суддя-людина, яка судить себе і протистоїть собі, виносить осудне рішення, яке відчувається і переживається, як вина. У тривоги вини такі ж самі складні характеристики, як і в тривоги духовного чи онтичного небуття.

Відомо, що в кожній миті морального досвіду обов'язково присутня тривога вини, «і це може привести нас до повного відкидання себе, до переживання того, що ми засуджені й отримали вирок – але це не зовнішнє покарання, а відчай з приводу втрати власного призначення» [344, с. 9].

На думку П. Тілліха, особистість намагається перетворити тривогу вини на моральне діяння, щоб запобігти вищезгаданій екстремальній ситуації, незважаючи на недосконалість і неоднозначність самої моральної дії. Особистість стає впевненою і мужньою для прийняття небуття у своє духовне самоутвердження. Відомо кілька способів такого самоутвердження. Один із них заснований на відповідальності свободи, а інший – на випадковостях долі. Людина сама мусить обирати той чи інший спосіб самоутвердження. Вибір першого способу приводить індивіда «до морального ригоризму і самозакоханості, породженої цим ригоризмом» [344, с. 9], а другого – «до зневаги будь-якого вироку і тих моральних вимог, які лежать в основі цього вироку» [344, с. 9]. Слід зауважити, що і за першим, і за другим способом прихована тривога вини, яка породжує «екстремальну ситуацію морального відчаю» [344, с. 9].

У жодному разі не слід відділяти небуття онтичне і духовне від небуття в моральній сфері, але дуже важливо їх розрізняти. Конкретний тип тривоги є внутрішньо присутній в інших типах тривоги. Апостол Павло, який поширював християнське віровчення в багатьох країнах світу, казав, що «жало смерті – гріх» (І Кор. 15:56). Це засвідчує пряму присутність усередині страху смерті тривоги вини. Усвідомлення почуття вини завжди породжувалося і зміцнювалося загрозою смерті і долі. У загрозі онтичного небуття була наявна і надзвичайно сильно переживалася загроза морального небуття.

Означені форми тривоги можуть як викликати, так і підсилювати одна одну. Взаємозалежними також є моральне та духовне небуття. Якщо особистість дотримується морального закону, то це виключає відсутність сенсу і порожнечу в крайній (радикальній) формі прояву.

Переляк – це короткочасне емоційне переживання поведінкового характеру, що виражає миттєву, негативну оцінку ситуації. Даний стан виникає «у ситуації раптової, несподіваної небезпеки» [286, с. 319]. Деякі вчені тлумачать переляк як доемоційну реакцію: «Реакція переляку передую проявам тривоги і страху. Вона є примітивною вродженою реакцією, яка здійснюється

мимовільно і не піддається контролю людини. Ми лякаємося, перш ніж дізнаємося, що саме нам загрожує» [44, с. 19]. На думку З. Фрейда, «переляк підкреслює дію небезпеки, коли не було готовності до страху» [284, с. 247]. Іноді цей феномен може проявитися після боязні і страху. Серед решти елементів заданої вище схеми запізніле переживання страху при переляку як поведінковий акт є занадто нестійким.

Так званий рефлекс Моро у вищих тварин і немовлят вказує на фундаментальний характер реакції переляку. Завдяки йому відбувається автоматичне хапання в разі небезпеки [28, с. 227]. Дорослим також знайоме це відчуття внутрішньої скутості як реакції на переляк. На короткий час можуть відмовити пульс, дихання і навіть свідомість. Шок – гранична форма афективної емоції [28, с. 227]. О. Степанов зазначає, що переляк зазвичай «супроводжується виразними рухами захисного характеру або повним гальмуванням рухів. Викликає тимчасові соматичні зміни в організмі» [284, с. 246–247].

Боязнь вважають початковою формою прояву страху, що виражається в нерішучому оцінюванні ситуації, яка може викликати страх. При цьому нерідко відбувається боротьба мотивів оцінювання. Первинною категорією, що відображає цей емоційний стан, є побоювання, занепокоєння і передчуття можливої небезпеки. Досить часто багато авторів використовують поняття «боязнь» і «страх» як синоніми. Відомо, що боязнь за певних умов може перерости в боязливість як специфічну характеристику, рису особистості. І тоді боязнь виникає з будь-якого приводу і має будь-яке підґрунтя. Напевно, першопричину цього слід шукати ще в ранньому дитинстві, де можна побачити порушення правильного способу життя індивіда.

Н. Хамітов зазначає, що *жах* є страхом, який виходить за межі матеріального предмета. Це страх перед безоднею, що лежить за межами будь-якої матеріальної небезпеки. У стані жаху матеріальна, фізична небезпека може бути лиш символом, який виражає небезпеку метафізичну.

Розглядаючи цю особливість жаху, М. Гайдеггер глибоко усвідомлює, що в жахові людина не прагне врятуватися актив-

ністю, а навпаки, ціпеніє у спокої. «Страх перед чимось стосується завжди... якихось певних речей, – пише він. – Оскільки боязні і страху властива ця окресленість причини і предмета, боязкий і полохливий міцно пов’язані речами, серед яких перебувають. У прагненні врятуватися від чогось... вони губляться і відносно решти – ...в цілому “втрачають голову”. При жахові для такого сум’яття вже немає місця. Частіше за все, якраз навпаки, жахові властивий якийсь оціпенілий спокій» [380, с. 20–21].

Жах є граничний страх, який перестає бути страхом і стає чимось іншим. Власне, це величезна тінь страху, тінь, яка ворухиться сама по собі. Жах – це трансцендентний, метафізичний, потойбічний страх. На відміну від власне страху, у жахові завжди проступає глибинне здивування. У жахові є натяк на чудо. Це вхоплено мовою в слові «чудовисько», де жакливе поєдналося з дивовижним і чудесним. Є ще одна особливість жаху, що відділяє його від страху. Жах як переживання і буття частіше за все народжується при зустрічі з безоднею Ніщо. Привид Ніщо присутній у будь-якому жахові. Жах перед Ніщо – це страх перед власними межами, перед непередбачуваністю свого «Я», можливістю абсолютної зміни своєї особистості. У таємниці Ніщо прихована таїна жаху. Ніщо не сприймається нами як щелепи, які можуть роздробити особистість-самосвідомість, зрівняти з матерією [384, с. 179]. Тому жах – це страх не за тіло, а за душу, за особистість. У жахові ми боїмося втратити своє обличчя, більше того, – спотворити його.

У жахові перед нами спалахує руйнівна сила Ніщо, і разом з тим у настрої жаху ми пізнаємо Ніщо як ворота, пройшовши які, ми стаємо зовсім іншими. Ми пізнаємо Ніщо як силу, що смертельно раниць і підносить. Це дозволяє нам глибше в’яснити сенс власного існування і ствердитися в ньому.

У жаху ми вигукуємо всією повнотою буття: наше існування не є Ніщо, не може бути Ніщо, не повинно бути Ніщо!... [384, с. 180]. Не можна не погодитися з таким висловом М. Гайдеггера: «У найсвітлішій ночі жакливого Ніщо вперше здійснюється найпростіше відкриття сущого як такого: виявляється, що воно є суще, а не Ніщо» [380, с. 22].

Конструктивний сенс жаху – у спрямованості за межі Ніщо. Саме переживання безмежності особистісного начала вкладає в наші руки зброю проти деструктивної могутності жаху. У такому переживанні сам жах стає силою, що творить. Із цих позицій жах можна розуміти як блискавичне згущення туги й самотності, що народжується тугою [384, с. 180]. Це чудово виразив М. Бердяєв: «Туга і жах мають спорідненість. Але жах значно гостріший, у жаху є щось таке, що вражає людину. Туга м'якша і тягучіша» [31, с. 51].

Виступаючи згущенням туги, жах може разом із тим визволити від неї. Жах зачаровує тугу. Тож М. Бердяєв пише: «Дуже сильне переживання жаху може навіть вилікувати від туги» [31, с. 51]. Із жаху можна повернутися до стану туги й страху, як до буденного умиротворіння, так і до стану, який називається відчасм [384, с. 181].

Паніка (панічний страх) – це страх, сум'яття, що раптово охоплює людину чи масу людей у результаті нестачі або надлишку інформації. При цьому виділимо масову паніку, що «характеризується станом масового страху перед реальною чи уявною небезпекою, який наростає в міру взаємного зараження, блокуючи здатність раціонально оцінювати обстановку, мобілізувати волю й організовувати спільну протидію» [286, с. 312]. Термін «паніка» походить від імені давньогрецького бога стихійних сил природи – Пана, котрий, гніваючись, викликав шаленство стад, покровителем яких він був, а також наводив «на людей безпричинний, так званий панічний страх...» [206, с. 279]. Він допомагав у битвах і вселяв страх у ворогів. Г. Гегель зауважує, що Пан є невизначеним початком, який, поєднуючись із моментом суб'єктивності в процесі осягнення людьми прихованого змісту повсякденних подій, вселяв «тотальний трепет у лісовій тиші» [73, с. 263].

Щоб емоційний стан класифікувався як паніка, необхідна наявність надзвичайно потужного або абсолютно не відомого раніше стимулу. На початковій стадії панічні настрої у великому скупченні людей (натовпі) дуже часто виникають в окремих нестійких (тривожних) осіб, які своєю поведінкою заражають

значну кількість людей і спонукають їх до панічних дій. Збен-тежений індивід не може адекватно сприйняти й оцінити ситуа-цію. Унаслідок цього вона стає для нього кризовою. Від «непристойної» паніки, на думку М. Реріха, допомагає стійкість як одна з необхідних основ життя. Саме «стійка людина може правильно переконати та утримає багатьох від жаху падіння в хаос» [295, с. 50].

Дослідники наголошують, що паніка належить до тих явищ, які важко піддаються вивченню. М. Корнев та А. Коваленко вважають, що «її не можна безпосередньо фіксувати, оскільки, по-перше, ніколи наперед не відомий час її виникнення; по-друге, в ситуації паніки важко залишатися спостерігачем: у тому й полягає її грізна сила, що будь-яка людина, потрапивши в ситуацію паніки, тією чи іншою мірою піддається їй» [166, с. 110–111].

Панічний страх К. Платонов (1906–1984) відносить до рефлексу, який є як у людини, так і у тварини. Проте «у тварин цей пасивнозахисний рефлекс, як називав його Павлов, біоло-гічно доцільний і тому закріплений природним відбором. У людини він, як, наприклад, апендикс, є неприємним спадком» [269, с. 56].

Під час паніки індивід «переживає збентеження, відчуває себе дезорієнтованим чи ізольованим від свого середовища» [385, с. 284]. Іноді люди впадають у стан гіпервентиляції, в якому «роблять багато коротких, неглибоких вдихів підряд, перенасичуючи легені киснем. Це може викликати запаморо-чення, нудоту або втрату свідомості. Серце при цьому б'ється прискорено, м'язи напружені, на тілі виступає суцільний піт. Очі можуть сіпатися, в роті з'являється сухість, голос тремтить. Ці фізичні відчуття ще більше тривожать людей, посилюючи паніку» [385, с. 284]. С. Хассен зауважує, що відтоді, як людину охопила паніка, «тілу потрібно приблизно три хвилини для того, щоб пройшла фізіологічна реакція» [385, с. 284]. Слід зауважи-ти, що майже кожна людина у своєму житті відчувала паніку. Виходячи із реалій власного буття, особистість може виявляти в себе характерні панічні переживання. Надалі, навчившись когні-

тивно правильно оцінювати ситуацію і бачити можливу небезпеку від недоречної панічної реакції, вона зможе визначити свої реальні дії для запобігання чи подолання даного стану.

Учені розрізняють страх і фобію. *Фобія* (від грець. phobos – страх, хворобливий страх) – нав'язливі неадекватні переживання страхів конкретного змісту, що виникають у певних («фобічних») умовах і супроводжуються вегетативними порушеннями (прискорене серцебиття, підвищена пітливість тощо) [329, с. 596]. Коли фобія виходить з-під контролю, а також «якщо вона заважає повсякденному життю, то діагностується як особистісний або психічний розлад» [419]. Зауважимо, що в психіатрії фобію вважають патологічний страхом перед тим чи іншим подразником. Часто це поняття використовується і в переносному значенні (ненависть чи неприязнь до когось чи до чогось тощо). Ще в 1903 р. симптоматику нав'язливих станів описав французький психолог і філософ, автор терміна «підсвідомість» П. Жане (1859–1947). Крім фобії, до нав'язливих станів він відніс: нав'язливі неприємні думки, сумніви, побоювання, спогади, нерішучість, нав'язливі дії (перелік, миття рук, тикозні рухи; обкусування нігтів – оніхофагія, видирання волосся – трихотиломанія, почісування і розтирання шкіри та ін.).

Дослідник мультикультуралізму І. Бахов спостеріг, що люди час від часу можуть мати хворобливий страх перед чимось, наприклад, перед зміями чи висотою, і це є небезпечним. Даний страх, на його думку, «імовірно, спирається на суміш істинних і помилкових уявлень. Тому не слід відкидати патологічний страх перед зміями просто як дурість, бо це не так. Так само недоцільно заявляти, що чийсь страх змій є насправді замаскованим страхом чогось іншого, хіба що можна було справді довести таку рівнозначність у переконливий спосіб» [22, с. 7]. Г. Бенеш стверджує, що фобія – «іраціональна реакція страху, під час якої виникають одні й ті самі ознаки: паніка, виділення поту, нудота, відчуття слабкості, заціпеніння при спробі втекти. Особи, які мають фобії, часто розуміють необґрунтованість своїх страхів, однак не можуть їх позбутися» [28, с. 237].

Щоб реакція класифікувалася як фобія, потрібна наявність певних факторів. Передусім страх має бути стійким та інтенсивним, ірраціональним, а не заснованим на здоровому глузді; повинна з'явитися нав'язлива потреба втікати або уникати фобічного об'єкта чи ситуації [43, с. 428]. У науці є понад сто наукових термінів для позначення певних страхів. Наприклад – агорафобія (страх бути самому в громадському місці, тобто боязнь відкритого простору); клаустрофобія (боязнь закритого простору, тобто страх, протилежний агорафобії); аквафобія (страх води, а у більш широкому значенні – плавання); андрофобія (боязнь людини чоловічої статі), антрофобія (страх людини); кіберфобія чи комп'ютерофобія (страх комп'ютерів чи їх використання); еремофобія, автофобія чи монофобія (боязнь самотності загалом та перебування на самоті зокрема); некрофобія чи танатофобія (боязнь смерті, мертвих об'єктів (трупів людей); теофобія (страх Бога, кари Бога за гріхи); ерейтофобія (страх почервоніти в присутності посторонніх); акрофобія (боязнь висоти і підвищених місць); графофобія (боязнь писати); зоофобія (боязнь тварин); канцерофобія (боязнь захворіти на рак); сифілофобія (боязнь захворіти на сифіліс); скоптофобія чи дисморфофобія (боязнь насмішок з приводу вигаданої чи дійсної фізичної вади); філософобія (боязнь філософії) тощо. Так, «нерідко спостерігається хворобливе нав'язливе мудрування, особливо в підлітків і юнаків (нав'язливі думки, сумніви в правильності загальноприйнятих істин, банальних явищ, своїх учинків тощо)» [24, с. 394–395]. Опис фобій було розпочато ще в далекі античні часи. Зокрема, «батько медицини» Гіппократ описав одну з рідкісних фобій – аулофобію (боязнь звуків флейти).

Фобію супроводжують соматичні (фізичні) симптоми. Зазвичай це можуть бути: тремтіння в тілі, підвищена пітливість, нудота, оніміння, пересихання в горлі, запаморочення, жар, неприємні відчуття в грудях, проблеми з диханням, сильне серцебиття та ін. Відтак «фобії дестабілізують погляд індивіда на реальність, послаблюють інтелектуальний та емоційний самоконтроль, підривають віру в себе і в здоровий глузд» [385, с. 269].

Від фобій потерпало чимало відомих людей, серед них: Наполеон Бонапарт (боявся котів (айлуорофобія) і білих коней); М. Гоголь, Ф. Достоевський, Дж. Вашингтон, А. Нобель, Е. По, А. Шопенгауер, М. Цветаєва (страждали від тафобії (боязнь бути похованим заживо)); М. Джексон (боявся автомобільних пробок (трафік-фобія) і літати на літаку (аерофобія)); С. Єсенін (панічно боявся заразитися сифілісом (сифілофобія)); Д. Лопес (боязнь темряви (ніктофобія)); В. Маяковський (боявся забруднення (ріпофобія) і мікробів (мізофобія)); Г. де Мопасан (страждав на монофобію (боязнь самотності)); Р. Ніксон (страждав від нозокомефобії (страх перед лікарнями)); М. Пруст (боязнь довколишнього світу); О. Пушкін (боявся збожеволіти (діпсіхофобія) а також лякався деяких дат, у числі яких був і його день народження – 26 травня)); Д. Робертс (боязнь мікробів (мізофобія); Ж.-Ж. Руссо (страждав на нозофобію (боязнь захворіти)); С. Спілберг (боязнь ліфтів (ліфтофобія)), Й. Сталін (боявся бути отруєним (токсикофобія)); З. Фрейд (боявся зброї (хоплофобія) і папороті (птерідофобія)); Ю. Цезар (страждав від айлуорофобії (боязнь котів)). Підраховано, що «більше, ніж 30 мільйонів американців страждають тими чи іншими фобіями» [385, с. 269].

Дослідник страхів Х. Христозов розглядає фобію (нав'язливий страх) поруч з іншими патологічними формами страху, якот: іпохондричний страх (виникає в ситуації, пов'язаній з іпохондричними переживаннями, без критичного ставлення); психотичний страх (з'являється у зв'язку з депресивно-параноїдними переживаннями або як дифузний страх) [24, с. 83].

Представники психоаналітичного (психодинамічного) напрямку у філософії підкреслюють, що фобія (боязнь) має матеріальний характер, а страх спричиняє нематеріальний компонент – невідома небезпека, яку ще потрібно виявити. При цьому неможливо встановити однозначну й конкретну причину страху, якої, на перший погляд, не існує. З'ясування того, «перед якими об'єктами і в яких ситуаціях з'являється страх, значною мірою, зрозуміло, залежить від стану нашого знання і від відчуття власної сили перед зовнішнім світом. Ми з розумінням ставимося до того, що дикун боїться гармати і лякається сонячного

затемнення, тоді як біла людина, що вміє поводитися з цією зброєю і передбачити дану подію, у цих умовах вільна від страху. Іншим разом саме велике знання викличе страх, оскільки воно дозволяє заздалегідь знати про небезпеку. Так, дикун злякається слідів у лісі, що нічого не говорять необізаному, але укажуть дикунові на близькість хижака, а досвідчений мореплавець буде з жахом роздивлятися хмаринку на небі, що здається незначною для пасажирів, але віщує морякові наближення урагану» [371, с. 132].

У 1894 р. З. Фрейд (ще до офіційного вживання терміна «психоаналіз») написав замальовку «Як виникає страх». А потім, у 1909 р., була опублікована його знаменита праця «Аналіз фобії п'ятирічного хлопчика», що спричинила спочатку великі протести як із боку критиків, так і суспільства загалом. Але твір дав значний поштовх для розвитку дитячого психоаналізу. У ньому містилася характеристика матеріалів, одержаних від Макса Графа (батька маленького Ганса – основного персонажа фрейдівської розвідки). Фобію, яка виникла у хлопчика, котрий вважав, що на вулиці його вкусить кінь, З. Фрейд тлумачив на основі положень, представлених ще в «Трьох нарисах із теорії сексуальності» (1905), ґрунтуючись на розкритті комплексів заздрості до пеніса і боязні кастрації, а також на вивченні сексуальних уявлень дитини [124, с. 166–167]. Учений писав: «Відкрито зізнаючись у своїй небайдужості до маленького Ганса, маю заявити, що він не єдина дитина, яка в період дитинства була одержима фобіями. Відомо, що ці захворювання бувають дуже часто, і навіть у таких дітей, виховання яких за суворістю не залишають бажати нічого більшого. Такі діти пізніше або стають невротиками, або залишаються здоровими. Їхні фобії вгамовуються в дитячій кімнаті, тому що для лікування вони не доступні і, напевно, вельми незручні. Протягом місяців чи років ці фобії слабнуть і здаються вилікованими; які психічні зміни обумовлюють таке зцілення, які пов'язані з ними зміни характеру, про це ніхто не знає. І коли приступаєш до психоаналізу дорослого невротика, в якого хвороба, скажімо, виявилася тільки в роки зрілості, то щоразу дізнаєшся, що його

невроз пов'язаний із таким дитячим страхом і являє собою тільки продовження його, і безперервна і водночас нічим не обмежена психічна робота, починаючи з дитячих конфліктів, продовжується і в подальшому житті, незалежно від того, чи відрізняється перший симптом стабільністю, чи він під натиском обставин зникав. Таким чином, я думаю, що наш Ганс був хворим не більше, ніж багато інших дітей, які не мають прізвиська дегенератів; але оскільки його виховання, можливо, обережне, несумове і, можливо, ненасильницьке, то і його страх проявляється більш відкрито. У цього страху не було мотивів нечистої совісті і страху перед покаранням, яке, непевно, зазвичай впливає на його зменшення. Я схильний думати, що ми звертаємо багато уваги на симптоми і мало турбуємося про те, звідки вони походять. Адже в справі виховання дітей ми нічого більше не бажаємо, окрім спокою, не бажаємо переживати жодних труднощів, так би мовити, ми культивуємо слухняну дитину і дуже мало звертаємо увагу, чи корисний для неї такий хід розвитку. Отже, я можу припустити, що продукування фобії Гансом було для нього корисним, тому що: 1) воно спрямувало увагу батьків на незворотні труднощі, які дитині при сучасному культурному вихованні приносить подолання природних компонентів потягу; 2) тому що його хвороба потягла за собою допомогу з боку батька. Можливо, у нього навіть є та перевага перед іншими дітьми, що він більше не носить того ядра витіснених комплексів, яке для майбутнього життя будь-який раз повинно мати якесь значення. Воно (ядро), напевно, призводить певною мірою до хиб у розвитку характеру, аж до схильності до майбутнього неврозу. Я схильний так думати, але я не знаю, чи поділять мою думку й інші, чи підтвердить усе це досвід.

Але маю запитати, чим зашкодили Гансу виведені на світло комплекси, які не лише витісняються дітьми, але яких бояться й батьки? Хіба хлопчик почав серйозно ставитися до своїх претензій на матір чи місце поганих намірів щодо батька посіли вчинки? Цього, напевно, боялися би всі, хто не може оцінити сутність психоаналізу і думають, що можна посилити погані спонуки, якщо зробити їх свідомими. Ці мудреці тільки тоді

послідовні, коли вони всіляко переконують не займатися всіма тими негарними речами, які приховуються за неврозом. У будь-якому разі вони при цьому забувають, що вони лікарі, і в них виявляється фатальна схожість з шекспірівським Кизилом із “Багато шуму з нічого”, який також дає охороні пораду триматися подалі від будь-якого спілкування з упійманими злодіями і розбійниками. Подібна потолоч зовсім не компанія для чесних людей!» [370, с. 273–275].

Слід зазначити, що З. Фрейд виявив у себе агорафобію (боязнь відкритого простору). Це трапилось тоді, коли він одного разу, «опинившись на темній платформі, побачив проблеск світла і злякався» [124, с. 22]. У результаті психоаналізу, розбираючи зміст своїх снів, австрійський психолог дійшов висновку, що боязнь відкритого простору виникла в нього «через дитячі спогади про освітлене полум'ям свічки прекрасне тіло матері» [124, с. 22].

Фобія нагадує про об'єкт небезпеки, від якого потрібно або захищатися, або нападати, або втікати. Вона активізує наш потенціал і змушує приймати правильне рішення. Страх не виконує жодної позитивної попереджувальної чи охоронної функції, а навпаки, виступає своєрідною демонстрацією безпорадності перед небезпекою: паралізує волю людини, не дозволяє правильно оцінити ситуацію і відповідно діяти, «а в деяких випадках навіть ставить під загрозу і саме життя» [160, с. 234]. Він (страх) часто дезорганізує особистість і перешкоджає людям (суспільству) долати масові фобії (які передусім виникають у стресових ситуаціях, коли індивід перебуває в суспільстві чи натовпі).

Висновки до розділу 3

1. Систематизувати уявлення про різновиди страху дозволяють ґрунтовні класифікації, розроблені у світовій науці. Так, О. Захаров поділяє страхи на ситуативно й особистісно обумовлені. А. Кемпінські зосереджується на трьох групах страхів – біологічних, соціальних та моральних. Х. Христозов пропонує

узагальнену класифікацію страху за кількома важливими параметрами: формою і відтінками прояву; ступенем вираженості; видом; етапами розвитку; формою вираження. Ю. Щербатих виокремлює три групи страхів – біологічні, соціальні і внутрішні. У класифікації Ф. Рімана простежуються чотири форми – страх перед самовідданістю; страх перед самостановленням; страх перед зміною; страх перед необхідністю. Покликаючись на авторитетних попередників, ми виділяємо три класи (групи) страхів – біологічні, соціальні, екзистенціальні та інтерпретуємо особливості страхів смерті, самотності, старості, грошей, страху Божого і дитячих страхах.

2. Первісним і найсильнішим з усіх відомих видів страху є страх смерті, решта – похідні від нього. Страх смерті викликають екстраординарні події – тяжка хвороба, утрата коханої людини, розрив любовних стосунків, життєві віхи, емоційне потрясіння, звільнення з роботи, залишення дому дорослими дітьми, переїзд у будинок пристарілих тощо. Люди ще не навчилися сприймати смерть як природний феномен, неодмінно присутній у житті, і тому смерть викликає в них неймовірні страждання і біль. Її часто вважають найстрашнішим злом у людській історії. Долати (або бодай зменшити) означений страх допомагають різні релігійні вірування, екзистенціальний підхід до смерті (з багатоманітним спектром цікавих ідей та контактом із людьми), ідеї «хвилеподібного ефекту», прагнення запобігти відчуття «непрожитого життя», афоризмотерапія, любов тощо. Але у філософській культурі Заходу і Сходу існує переконання, що доки ставлення людства до смерті не матиме належного – високого – рівня, доки воно не прийматиме її як явище, властиве життю, доти буде постійно переживати не просто страх, а його граничну точку – жах. Дуже корисним може бути застосування досвіду наших пращурів – підготовка до смерті заздалегідь, як до переходу від неспання до сну.

3. Думки про смерть і самотність бувають пов'язані між собою. Смерть уявляється як абсолютна самотність. Самотність має своєрідне розуміння на різних етапах розвитку людини (дитинство, підлітковий і юнацький вік, дорослість, старість).

Існує позитивна самотність (усамітнення) і негативна (часто її називають справжньою, яка може руйнувати особистість і бути тяжкою, жакливою). Страх самотності виражається у двох формах: 1) страх зовнішньої самотності (втрата зв'язків із сім'єю, колективом, суспільством); 2) страх внутрішньої самотності (незважаючи на наявність рідних, близьких, інших людей, вона з'являється всередині особистості і є результатом її суперечності з собою). Причинами страху самотності є занижена самооцінка, стереотипи, боязнь відповідальності за самого себе, нестача або відсутність якісного спілкування, боязнь самотньої старості. Цей страх можна долати, але для цього важливо: 1) збагнути, що він у вас реально існує; 2) визначити причину страху самотності; 3) усвідомити, якої саме самотності ви зараз боїтеся; 4) нейтралізувати причину чи причини свого страху (для цього потрібно провести певні заходи – змінити себе й обставини свого життя, знайти нових і надійних друзів, зайнятися потрібною справою, що збагачує особистість тощо).

4. Страх старості є різновидом страху, який був актуальним у всі культурно-історичні періоди розвитку людства, що засвідчують праці багатьох філософів, психологів, соціологів, культурологів, педагогів, письменників тощо. Серед його причин яскраво виділяються очікування людьми в майбутньому: тілесної потворності, самотності, бідності, незатребуваності, залежності від інших, дряхлості, смерті. Негативне ставлення до старості з'являється в молоді близько 24–25 років. Поняття «геронтофобія», «геронтонегативізм» виражають негативізм соціуму щодо старості. У багатьох країнах світу існувала й нині простежується явна або прихована дискримінація людей похилого віку. Щоб позбутись, нейтралізувати або принаймні мінімізувати страх старості, потрібно докласти чимало зусиль з боку не лише держави, різних соціальних і вікових груп населення, але й самих людей похилого віку. Це стосується розв'язання цілого комплексу надзвичайно складних питань – виховання і навчання, моральності й духовності.

5. У часи «фінансової цивілізації» в Україні і світі простежується страх перед грошима, що має кілька видів свого вира-

ження: 1) страх нестачі грошей; 2) страх втрати грошей; 3) страх перед великими грошима. Страх нестачі грошей проявляється тоді, коли людина починає думати, що їй бракує грошей. Страх втрати грошей спричинений болісним переживанням реальних чи уявних ситуацій (звільнення з роботи, пограбування, крадіжка, штраф, пожежа, аварія, шахрайство, борги тощо). Страх перед великими грошима (особливо коли кількість грошей перевищує психологічний поріг комфорту) часто викликає в людини і великі проблеми – турботи, тривоги, сумніви, страхи, стреси. Усе це, у свою чергу, може призвести як до погіршення, так і до втрати здоров'я.

6. Страх Божий посідає чільне місце в християнській релігії, культурі, філософії, у житті віруючої людини. Християни вважають, що він закладений у суті людини і з'являється відразу після гріхопадіння. Особливим етапом у розробці і становленні поняття «страху Божого» (звичне людське почуття страху піднімається на нові релігійно-філософські вершини: ідеться про страх перед сутністю, яка наділена всіма досконалостями) мала доба теоцентризму – Середньовіччя. Означену тему охоче тлумачать три основні гілки християнства – православ'я, католицизм та протестантизм, в їхньому дискурсі є своя специфіка. Важливо знати, що першу частину Біблії – Старий Заповіт часто називають Заповітом страху, бо про любов там сказано зовсім мало, фрагментарно, а другу – Новий Заповіт проголошують Заповітом любові. У цьому є певний сенс. Чимало дослідників Святого Письма говорять про те, що страх Божий із Старого Заповіту органічно переходить у Новий Заповіт, а любов є вищим рівнем страху Господнього. Таким чином, страх Божий не втрачає свою цінність у контексті любові до Бога, він – обов'язкова умова спасіння людини. Той, хто боїться Бога, більше нікого не боїться, бо любов проганяє не страх Господній, а страх перед нечистою силою і перед людьми. Духовна любов без холодку страху Божого, на думку християн, переходить у плотську (тілесну) пристрасть, яка призводить до розбещення і розтління. Страх Господній для віруючої людини – це запорака порятунку як від страху смерті, так і від всіх інших страхів.

8. Поява дитячих страхів є невирішеним, проблемним питанням сьогодення. Думки вчених кардинально відрізняються: одні стверджують, що вони з'являються в дитини до народження (у материнській утробі) або ж разом із народженням; інші переконують, що приблизно в 6–7 місяців, коли в дітей формується певний рівень пізнавальних процесів. Страх дитини часто буває емоційною реакцією-відповіддю на реакцію матері від тієї чи іншої події. Виникнення дитячих страхів пов'язане з несвідомою психічною сферою людини. Причиною страхів немовлят може бути тимчасова відсутність матері, її несхвалення, голод тощо; у маленьких дітей – боязнь, що батьки можуть покинути їх, перестати любити, покарати за проступки. Серед перших дитячих страхів виділяються: страх темряви, самотності, замкненого простору, смерті, тварин, казкових персонажів, осуду тощо. Позбутися страхів у цьому віці можна за допомогою 1) використання методики десенсибілізації Дж. Вольпе («знечутливлення» до стимулів страху); 2) зниження надмірного напруження дітей. Батькам потрібно: навчитися розпізнавати й інтерпретувати стресові реакції у дітей; повернути їм упевненість у собі; дати можливість розповісти про те, що вони відчувають; не перешкоджати регресивній чи не відповідній віку поведінці; допомогти зрозуміти сенс подій чи обставин, даючи їм усі необхідні пояснення; виховувати вольові якості (сміливість, рішучість, наполегливість, самостійність, дисциплінованість, організованість, старанність, цілеспрямованість, настирливість, витримку, ініціативність, самовладання тощо); нічим не лякати дитину.

9. Характерними формами страху (за рівнем посилення психологічної напруги, пов'язаної з реакцією на несприятливі життєві обставини) є тривога, переляк, боязнь, страх, жах, паніка. Виокремлюється ще й фобія як специфічна форма страху. Страх – це реакція-відповідь організму на несприятливі обставини. Його джерело, на відміну від тривоги, має конкретний характер і усвідомлюється людиною. Тривога – почуття занепокоєння, викликане припущенням про ймовірний негативний наслідок. Вона (тривога) виникає задовго до реальної не-

безпеки, а її джерело часто неможливо логічно пояснити та усвідомити. Відомі три типи тривоги (за П. Тілліхом): 1) тривога долі і смерті; 2) тривога вини й осуду; 3) тривога порожнечі втрати змісту. Переляк – це переживання поведінкового характеру, що виражає миттєву, негативну оцінку ситуації. Боязнь є початковою формою прояву страху, що виражається в нерішучому оцінюванні ситуації, яка може викликати страх. Жахом є межовий, метафізичний, трансцендентний страх; він демонструється пригніченістю і відсутністю активності щодо усунення його джерела. Паніка (або панічний страх) тлумачиться як сум'яття, що раптово охоплює людину (людей) у результаті нестачі або надлишку інформації. Фобією називають нав'язливий, неадекватний, ірраціональний страх конкретного змісту, що виникає в певних умовах і супроводжується вегетативними порушеннями.

РОЗДІЛ 4. СТРАХ ЯК ПОЛІВЕКТОРНИЙ ФЕНОМЕН: ПРОБЛЕМИ І ПЕРСПЕКТИВИ

4.1. Страх і релігія

Відомий філософ і протестантський теолог П. Тілліх вважав, що «релігія пронизує або повинна пронизувати все особисте і громадське життя людини, бо все духовне в людині, усе те, що реалізується в культурі, за самим змістом і сенсом своїм релігійне» [69, с. 103].

Існування релігії ніхто не заперечує. Вона – реальність людського буття, соціальний феномен. Говорячи про нього і науковці (передусім релігієзнавці), і навіть крайні безбожники – атеїсти акцентують на основній ознаці релігії – вірі «в існування надприродного світу» [10, с. 247].

Дані археології та антропології засвідчують, що в історії людства був тривалий безрелігійний період. На ранніх етапах розвитку соціуму релігійних вірувань не існувало через відсутність у первісних людей абстрактного мислення, отже, у них не було «здатності оперувати навіть найпростішими поняттями, в тому числі релігійними» [292, с. 34]. Перші релігійні уявлення в сучасному розумінні склались у верхньому палеоліті приблизно 40–20 тис. років до н. е., коли жили люди сучасного антропологічного типу – кроманьйонці, які належать до людей розумних, тобто «*homo sapiens*» (у них «наявна здатність до абстрактного мислення, а отже, і до певних образних уособлень і віри в них» [102, с. 69]). Учені виділяють соціальні, пізнавальні (гносеологічні), онтологічні та психологічні передумови виникнення релігії. *Соціальні передумови* пов'язані із залежністю давніх людей як від сил природи, так і від «таємних» сил суспільного життя. Недосконалі знаряддя праці, примітивні виробничі технології, низька продуктивність праці тощо давали їм мізерні засоби для існування (точніше – виживання). Це, у свою чергу, породжувало відчуття безсилля та зумовлювало пошуки його причин. Так у людей з'явилися реальні і переплетені з ними фантастичні уявлення про світ і надприродне. *Гносеологічні причини* обумовлені появою абстрактного мислення в результаті

пізнання світу, а це не могло не призвести до помилок, пере-
кручень, фантастичних уявлень, тобто до релігійних вірувань.
Онтологічні причини вказують на те, що свідомість первісних
людей почала виходити за межі їжі, продовження роду тощо.
Люди замислювалися і над кардинальними питаннями свого
існування. З'явився перший колективний світогляд – міфологія.
Створюючи міфи, спільнота знаходила відповіді на питання,
пов'язані з буттям, що давало можливість певним чином задо-
вольнити свої духовні потреби. *Психологічні чинники* виник-
нення релігійної картини світу, на яких ми робимо особливий
акцент, свідчили про величезний вплив обставин психологіч-
ного характеру, адже безсилля людей перед силами природи і
незрозумілими суспільними проблемами викликало постійну
психологічну напругу, яка виражалася в страху.

З огляду на психологічні аспекти, які, на нашу думку, є най-
головнішими у виникненні релігії, багато вчених (особливо
дослідників первісних культур) відзначають, що головною емо-
цією в первісних людей був страх перед довколишнім світом.
Прадавніх людей лякали паводки, грози, темрява, дикі тварини,
ворожі племена тощо. Напевно, вони мали вже достатньо розви-
нену уяву, щоб багаторазово примножувати страхи у своїй сві-
домості. Крім цього, первісні люди мали ще й достатній досвід і
знання, щоб відрізнити небезпечні явища від безпечних.

Основним різновидом страху, який тримав у мобілізаційній
готовності весь організм і водночас викликав у свідомості фан-
тастичні картини, які ототожнювалися з дійсністю, був страх
смерті. Він спонукав людей до послаблення розумного відобра-
ження світу і сприяв виникненню релігійних поглядів.

Через виникнення первісних релігійних вірувань (передусім
тотемізму, фетишизму, магії, анімізму) і встановлення певної
символічної матриці архаїчна людина намагалася позбутися
неймовірного стресового стану, який неминуче був ключовою
характеристикою первісності. Тотемізм – форма релігії, де люди
вірили, що вони генетично походять від якогось тотема – твари-
ни, рослини. Зливаючись з тотемом (який вважався найдавні-
шим предком і мав в уявленні роду надприродну нуменозну

силу), первісний індивід почувався захищеним. Завдяки належності до того чи іншого тотема, а дещо пізніше, до встановленої «мережі» ритуалів, яка охопила всі сфери діяльності, здійснювалося впорядкування життя людей перед величезною кількістю первісних страхів. Анімізм (віра в існування духів, душ, у так звану незнищенну динамічну субстанцію, яка живе в будь-якому предметі, істоті) позбавляв індивіда проблеми психологічного усвідомлення смерті, народження, сну, зачаття тощо. Магія (віра в те що між діями людей та результатами цих дій є реальний надприродний зв'язок) дозволяла людині змусити сили, які керують світом (ц тому числі і людьми), діяти згідно з людською волею і бажанням [224, с. 90].

Думки про страх як причину виникнення релігійних вірувань беруть свій початок в античних вченнях про походження релігії. Ми вважаємо, що у стародавніх Греції й Римі з'явилася теорія страху, котра посідала вагоме місце у філософських концепціях Демокріта, Епікура, Лукреція Кара та ін. Вона засвідчувала появу релігії, спричиненої почуттям страху, яке «породжене пануванням над людиною чужих для неї зовнішніх сил, невизначеним майбуттям, неминучістю смерті тощо» [293, с. 322]. Давньоримський філософ Лукрецій Кар писав: «Перших богів на землі створив страх» [293, с. 322]. А в I ст. римський цю думку підтверджував поет Стацій у міфологічній поемі «Фіваїда» [328].

У добу Просвітництва французькі філософи-вільнодумці П. Гольбах, Д. Дідро, К. Гельвецій, Ж. Мельє та ін. вважали, що будь-яка релігія – продукт людського страху, нецтва й обману. Страх у виникненні релігійних поглядів відігравав одну з провідних ролей. На думку П. Гольбаха, «страх є психологічним рівнем проблеми існування релігії: невідомі явища природи породжують у людей почуття занепокоєння, нестійкості, небезпеки і тривоги» [375, с. 58]. Пізніше французький екзистенціаліст Ж.-П. Сартр стверджував, що релігія «тримається на страху, традиції, потребі завуалювати власне відчуження. Але головна суть полягає в тому, що людина жертвує своєю свободою заради Бога» [241, с. 358].

Відомий російський філософ І. Ільїн вважав, що не всі релігії народжуються завдяки страху, а лише деякі, наприклад, «африканські негри у своїй масі передусім бояться – темряви і ночі, злих духів, чаклунства, смерті. У боротьбі з цим страхом й експлуатації його в інших і складається їхня релігія» [131].

Означені нами причини виникнення релігії не діяли окремо, вони функціонували в комплексі, обумовлюючи одна іншу, взаємодоповнюючи, взаємопідсилюючи, набуваючи особливої ваги в різних умовах.

Філософи, науковці і самі служителі культів наголошують, що релігії у світі є частиною людської культури. На думку богослова протоієрея О. Меня (1935–1990), «вони виростають разом з поривом людського духу до вічності, до невмирущих цінностей» [203, с. 3]. Але слід укотре зазначити, що саме страх відіграв надзвичайну роль у появі релігії. Первісні люди боялися багато чого, бо в них ще не було достатнього досвіду і знань, щоб справді відрізнити реальні небезпеки від нереальних. «Щоб якось умилювати ворожий до себе світ, знайти з ним спільну мову, люди почали «олюднювати» природу, вважати її живою. Коли дерево, річка чи вулкан стають «живими» істотами, з'являється можливість «домовитися» з ними і за допомогою дарів чи молитов відвести від себе біду» [409, с. 402]. У соціумі виокремилися жерці, чарівники, шамани тощо, які могли (на думку загалу) «домовлятися» з духами, що населяли світ і керували проходженням всіх процесів. Р. Хаббард в романі «Страх» писав: «Моєю метою було довести, що демони і дияволи – хитре творіння тих, хто в прагненні підкорити собі своїх співплемінників спочатку придумував для них джерело страху, а потім виступав у ролі посередників...» [409, с. 404]. Чим більше страху «наганяли» жерці на народ, тим більший авторитет вони мали [409, с. 405]. «Домовлятися» з незмірно великою кількістю надприродних істот було дуже непросто. Тому на наступній стадії розвитку релігії кількість богів зменшилася, а потім відбувся перехід від політеїзму (багатобожжя) до монотеїзму (єдинобожжя).

Слід зауважити, що релігійний страх – не що інше, як страх перед богом, божествами, духами (злыми і добрими), божественним покаранням, несамовитими муками тощо.

У давньому Єгипті в період правління фараонів XVIII династії (1550–1292 до н. е.), куди входили Яхмос I, Аменхотеп I, Тутмос I, Тутмос II, Хатшепсут (перша жінка-фараон), Тутмос III, Тутмос IV, Аменхотеп III, Аменхотеп IV (Ехнатон), Тутанхамон, Ай (Ейє), Хоремхеб, вважалося, що «зміна Порядку і потрясіння богині рівноваги Маат пробуджує загальний страх. Єгиптяни дуже боялися помсти богів, і тому потрібно було робити все можливе, щоб запобігти Хаосу, поверненню до початкової стадії і загибелі цивілізації» [53, с. 42]. Ці люди постійно переймалися думкою про те, як би не розгнівати божество, адже на винуватців неодмінно чекало жорстоке покарання. Важливо, щоб особа дотримувалась певних вимог, обрядів, традицій, настанов, визнаних даною політеїстичною релігією, і тоді особливих проблем бути не могло.

Давні греки і римляни у своїх творах висловлювали думку про світ як нескінченний, вічний і ні ким не створений (на відміну від монотеїстичної християнської релігії). Люди спостерігали за природою, взаємодіяли з нею і разом з тим боялися її. Вони ще не могли раціонально пояснити багатьох природних сил і явищ. З'явилися сумніви та не зовсім сміливі і непереконливі уявлення про те, що світ і людей створили не боги, а самих богів витворили люди. В античних культурах, як ми вже зазначали раніше, досить поширеними були думки про те, що перших богів на землі створив страх. Це прямо чи опосередковано звучало в роздумах Демокріта, Епікура, Діодора Сіцилійського, Петронія, Лукреція Кара, Лукіана із Самосати та багатьох ін. Згодом ці думки підхопили й розвинули у своїх натуралістичних концепціях Т. Гоббс, Д. Юм, Г. Гегель, Л. Фейєрбах, Д. Штраус, Ф. Ніцше, Ф. Енгельс та ін. Дослідник Б. Куценко стверджує, що «можна з певною умовністю сказати, що богів породила незадоволеність людей собою» [180, с. 86]. Ця незадоволеність, як зауважує вчений, викликана передусім «страхом і почуттям безсилля перед природою» [180, с. 86]. Тобто страх став тією сут-

нісною причиною, яка призвела до формування релігійних поглядів.

У першій світовій релігії – буддизмі страх посідає належне місце. Це проглядається у версіях легенди про її засновника, де майбутній Будда, царевич Сіддхартха Гаутама, побачивши чотири знамення, вирішив покинути свою тимчасову ізоляцію (яку йому ще від народження створив батько Суддходана, щоб нащадок жив у постійному достатку та успадкував у майбутньому царство, а не став ідеологічним, релігійним реформатором) палаци, дружину і народжену нею дитину (сина Рахулу) задля того, щоб побачити, яке є справжнє життя. Сіддхартха Гаутама переймався страхом. Він, як і всі люди, боявся постаріти, захворіти і померти. Але, щоб збагнути, що являє собою життя, необхідно в нього піти, бути в житті, а вже потім робити про нього якісь висновки. У численних версіях легенди про буття і діяння Будди підкреслюється, що особливим страхом, який міг стримати Гаутаму піти з розважливого, безтурботного життя, була боязнь побачити щойно народженого дружиною Яшодхарою сина. Страх ґрунтувався на тому, що в нього (Сіддхартхи) просто не вистачило б рішучості покинути дім, адже людині надзвичайно важко відмовитись від того, що вона дуже любить. Завдяки зусиллям волі він відмовився подивитися на свого первістка.

За легендою, засновник буддизму зазнав маніпуляції страхом. Це яскраво виявилось в прагненні злого демона (нечистої сили) Мари (у мить перед просвітленням розуму Сіддхартхи), якщо не звабити Гаутаму земними насолодами, то налякати його, щоб він відступив від свого задуму. «Зваблюючи праведника, Мара приймав різні лики, у тому числі прикидався прекрасною жінкою» [46, с. 13]. Але спокусити Сіддхартху Марі так і не вдалося, тож він відступив, а царевич буквально відразу став просвітленим знаннями, тобто Буддою, який висуне потім свої знамениті «чотири благородні істини»: 1) життя – це страждання; 2) страждання в самому житті (у жазі до життя); 3) необхідність позбутись від страждань; 4) шлях позбавлення від страждань («благородний восьмирічний шлях»), що будуть

давати можливість людям вивільнятися від страху і приводити правовірних до основної мети буддизму – нірвани.

Згідно з буддизмом, людина лише тоді переможе страх, коли позбудеться його причин, умов і наслідків. Це означає, що особа має заспокоїтись (усунути зайві емоції), подолати обумовлені дії і тенденції (не що інше, як карму), ігнорувати повсякденні моделі поведінки тощо.

Люди, на відміну від тварин, для боротьби зі страхом застосовують абстрактне мислення (логіку, міркування та здатність розуму проникати в сутність речей (у нашому випадку – це намагання збагнути страх). Якщо індивід зрозумів страх, то він (страх) із негативного елемента перетворюється на позитивний, тобто стає другом і помічником. Адже страх у свідомості людини з'являється в результаті незнання і нерозуміння. Зрозуміти його означає не що інше, як зрозуміти саму себе. Важливе значення тут має час. У жодному разі людина не повинна втрачати його і поводитися невизначено, щоб страх не закумулявався в ній і цілковито не охопив все її єство.

У деяких релігіях (а в більш широкому значенні – в культурах Сходу), наприклад – у буддизмі, кардинального страху – страху смерті (який можливо, й спровокував виникнення релігії як соціального феномена) нібито й не існує. Це пов'язано передусім зі ставленням релігії до самої смерті. У багатьох із них людина все життя має готуватися до смерті, де її (смерть) часто сприймають як позбавлення від страждань і навіть прагнуть померти. Якщо особа помирає, то не прийнято плакати, а навпаки, слід радіти (в індуїстській культурі вважається за щастя, коли людина померла і залишила після себе дітей, онуків). Далай-лама Тибету Тенцін Г'ятцо неодноразово говорив, що жодна людина не може уникнути смерті і з цього приводу не потрібно турбуватись: «Для мене смерть схожа на заміну старого одягу, який порветься і зноситься: це смерть оболонка моєї душі, але не кінець сам по собі» [126, с. 2].

У монотеїстичних релігіях – християнстві й ісламі страх виражається у вигляді боязні чи жаху. За цими віровченнями, означені вади неодмінно треба подолати або ж не допустити їх

появу. Страх у людини з'являється тоді, коли вона скоїла якийсь гріх і цим обов'язково має скористатися нечиста сила, яка використовує страхи для своїх цілей. Християни вважають, що страх закладений у самій суті людини, він є результатом гріхопадіння. У Святому Письмі сказано, що Адам і Єва «почули голос Господа Бога, що ходив у раю в час прохолоди дня; і сховався Адам і жінка його від Господа Бога між деревами раю. І звернувся Господь Бог до Адама, і сказав йому: де ти? Він сказав: голос твій я почув у раю, і убоявся, тому що я голий, і сховався» (Бут. 3:8-10). Після того, як Адам з'їв заборонений плід з дерева пізнання добра і зла, «думка про здійснений злочин заповнила його душу жахом», і м'який клімат Едему для винної пари «став холодним і непривітним. Любов і світ, що наповнювали перед цим їхні серця, змінилися усвідомленням гріха, страхом перед майбутнім, душевною порожнечою» [353, с. 57].

Християни стверджують, що Бог-Отець переживав неймовірний біль, коли його улюблений Син з'явився перед Ним, обтяжений почуттям страху, не відомим йому раніше. Тому «з цього часу страх став невід'ємною частиною життя людини. Ось чому люди бояться проходити під сходами, бояться чорного kota і числа 13, бояться встати з лівої ноги і ходити повз кладовище» [47, с. 2].

Християнство протиставляє страх свободі. Воно повідомляє, що особистість, яка не боїться смерті, – повністю вільна. Це віровчення акцентує передусім на свободі від страху (це не стосується страху Божого). У попередньому розділі ми деталізували поняття «страх Божий», згідно з канонами, є однією з головних чеснот adeptів цієї релігії. Лише той є справжнім християнином, хто покірний (смирений) перед Богом. Покірність слід розуміти не як приниження людини чи якусь м'якотілу байдужість, а як вищу форму безстрашності. А вона (безстрашність) може з'являтися завдяки вірі і надії на Бога.

В ісламі, як і в християнстві, люди бояться розгнівати Бога, адже за це на них чекає розплата – муки пекла. Аллаха потрібно прославляти і водночас – боятися: «Ті, які увірували! Бійтесь Аллаха, і нехай душа подивиться, що вона приготувала на

завтрашній день. Бійтесь Аллаха, адже Аллах відає про те, що ви робите. Не уподібнюйтесь тим, хто забув Аллаха» (Коран, 59:18-19). Шайтан (злий дух, ворожий Аллаху й людям; ця нечиста сила за функціями подібна з християнським дияволом) постійно вселяє страх у людей, є джерелом бід, нещасть; він – ворог спасіння людства. Безграмотну (некультурну) людину цей страх паралізує, позбавляє розуму, спонукає до нерозважливих дій і вчинків, які призводять до жахливих наслідків. Вірянин надіється на Аллаха і не втрачає контроль над собою, зберігає спокій та ясність розуму, аналізує свою поведінку і діяльність та успішно йде до жаданого результату. Таким чином, важливо підкреслити, що і в мусульманському віровченні існує різновид страху, який є вищою чеснотою, тобто він – благородний страх – страх Божий. Його пов'язують з абсолютною любов'ю до Аллаха. У кожного правовірного повинен обов'язково бути цей страх.

3. Фрейд вважав, що в стосунках віруючої людини з Богом є багато від стосунків з батьком з боку маленької дитини, яка, з одного боку, боїться його і терпить покарання від нього, часто навіть не логічно розуміючи його вчинків, а з другого боку, завжди може розраховувати на його захист, допомогу і підтримку [409, с. 404].

Чим більш незрозумілим є щось для людини, тим значно більший страх воно може викликати. Яскравим прикладом слугують обряди перших християн, які були прості і зрозумілі та проводились рідною мовою, але вже в Середні віки вся церковна служба велася латинською мовою, чужою для більшості мешканців Європи [409, с. 404–405].

Дві частини Біблії істотно відрізняються за своїм психологічним навантаженням: якщо Новий Заповіт більш пройнятий ідеєю любові, то в Старому Заповіті переважає ідея страху перед Господом. Але так чи інакше думка про безумовну наявність страху перед Господом є в обох частинах Святого Письма, що легко підтверджується відповідними місцями з нього: «Служіть Господу зі страхом, і радійте з тремтінням», – вказано в другому псалмі Давида (Псалом 2; 11). «Отож, мої любі, як ви завжди

були слухняні не тільки в моїй присутності, але значно більше тепер, у моїй відсутності, зі страхом і тремтіння виконуйте своє спасіння», – закликає апостол Павло у посланні до філіп'ян (гл. 2; 12). У другому посланні до коринтян Св. Павло ще раз уточнює, що страх людей угодний Богові: «І серце Його прихильніше до вас, коли згадує Він про покору всіх вас, як Його прийняли ви були зі страхом і тремтінням» (гл. 7; 15).

Ю. Щербатих підкреслює, що якщо «страху перед Богом виявляється недостатньо, то церковники викликають на світ божий диявола. У нього багато імен: Люцифер, Сатана, Князь Темряви тощо» [409, с. 414–415]. Ще в епоху Просвітництва зазначалось, що християнська релігія схожа на медаль: на одному боці в неї Бог, а на другому – Сатана (Диявол). Слід зауважити, що в монотеїстичному християнстві простежується дуалізм, який представлений добром і злом. Добро репрезентує Бог, а зло – Диявол. Бог – «Абсолют, піднесений над людськими, природними силами, здібностями, якостями та відносинами» [215, с. 14]. Це любов, світло. Він вічний, всемогутній, незбагненний, таємничий, всезнаючий, незмінний, справедливий суддя. Диявол – верховний дух зла, супротивник Богові, ворог, володар пекла, підбурювач людей до скоєння гріха. Якщо людей не вдається тримати в покорі, обіцяючи їм рай, то їх ще можна налякати муками пекла. «Диявол, у будь-якому разі, не менш необхідний духовенству, ніж бог; адже багато зиску отримують священики з боротьби між богом і дияволом, щоб погодитися на примирення цих ворогів, на єдиноборстві яких базується їхнє існування і доходи» (П. Гольбах) [409, с. 415].

На зламі першого і другого тисячоліття відбулася кардинальна зміна образу Диявола. На думку деяких дослідників, «друге тисячоліття було культом страху та залякування Дияволом та демонами (слугами диявола – *прим. М. М.*)» [192, с. 535–536]. З'явилося ціле вчення про Диявола – так звана демонологія (дослідники зазначають, що демонологія – «уявлення про духів природи, домашніх духів, чаклунів, відьом, «божих людей», водяних та ін.» [356, с. 8–9]), якої первісно не було в християнстві. Але ідея Сатани виявилася настільки привабливою і так успішно

вселяла страх людям, що в добу Середньовіччя стала майже центральною в християнській науці. «Страх Сатани досяг своєї кульмінації наприкінці XVI – на початку XVII ст., коли з'являється найбільша кількість літератури, присвяченій Дияволу» [192, с. 537]. Саме під приводом боротьби з ним церковники замучили і спалили сотні тисяч ні в чому не винних людей, при цьому покалічивши душі мільйонів [409, с. 415]. Для боротьби з Дияволом і його слугами, а точніше – для нагнітання масового страху й істерії, існувала «свята» інквізиція, служителі якої тортурами й погрозами домагалися від людей зізнання у змові з нечистою силою. При цьому тортури були безжальними й болючими, тож люди вважали за краще обмовити себе, ніж витримувати їх, тим самим прирікали себе на смерть [409, с. 416]. Християнські священики часто проявляли ініціативу, спрямовану на боротьбу з Дияволом, що виражалось у полюванні на відьом, ворожок та чорних кішок. Тож нечиста сила, диявол чи шайтан виконують свою досить вагомую функцію в релігії.

За слушним твердженням учених, поема Данте Аліг'єрі «Божественна комедія» – синтез середньовічної культури та умовний перехід до Ренесансу. «Так «Божественна комедія»» – це перша спроба звільнення від страху перед Дияволом» [192, с. 537]. Але слід наголосити, що звільнення від страху перед ним стає можливим лише для обмеженого кола людей. «У народному світогляді ж Диявола можна було задобрити, принести йому жертву, він був навіть людський і крім того – його можна було обдурити» [192, с. 537]. Епоха Відродження (Ренесансу) стала «диявольсько-демонічним сплеском і демонструванням страху та безпорадності простої людини перед всемогутнім противником Бога» [192, с. 537].

Зі страхами безпосередньо пов'язані смертні гріхи. Гріх – це «залежність і страх, стрес і депресія» [390]. Християнство наголошує на таких гріхах: гордія, марнославство, користолюбство (або жадібність), гнів, обжерливість (червоугодництво), зневіра, хтивість (або блуд), заздрість, лінивість, нестриманість, нечистота. Усі вони провокують страх; усі вони пов'язані з залежністю (від тілесних бажань, думок людей, жадоби визнання і володіння тощо); а також можуть призвести до стресу і депресії.

Прямим результатом дії страху на людей, згідно з християнським віровченням, може бути насильство і гнів, які ця релігія засуджує. Зауважимо, що насильство – це спроба маніпулювати кимось, підкорити його, повернути контроль над ним за допомогою страху. Відома ще й психологічна форма маніпуляції, яка може давати результати без застосування прямого насильства. Гнів – це сильне нервово збудження, що проявляється у злості індивіда до певного об'єкта, а то й до цілого світу. Гнів буває трьох видів: 1) внутрішній (прихований гнів, який не має зовнішніх ознак прояву); 2) зовнішній (той, що супроводжується словами та діями); 3) злопам'ятність. Будь-який людський гнів може нести потенційну небезпеку як об'єкту, так і самому суб'єкту злості-гніву.

Християнство вчить, що віруючі не повинні боятися втратити ні фізичні (майно, здоров'я, життя), ні символічні (репутація, повага, статус) цінності. Вони мусять знати, що кожна людина тимчасова у цьому світі, їй нічого не належить. На все є воля Бога. Головне – надія на Бога, адже всі значні цінності християнина перебувають поза межами цього життя. Людині потрібно змиритися й діяти згідно з волею Божою, не проявляти при цьому насильства і гніву, а бути безстрашною (тобто покірливою).

Християнство твердить про існування плотського страху і страху Божого. Плотський страх є презумпцією диявольської сили, тобто Сатани, який не в змозі підкорити дух, але здатен впливати на тілесність (плоть) людини. Тому тілесні, тобто плотські страхи ще називають диявольськими (сатанинськими), в яких, у свою чергу, виділяються соціальні й фізичні страхи та страхи майбутнього. Від диявольських страхів індивід може позбутися. Передусім він має визнати наявність у себе такого страху, дослідити його й уявити, що це очікуване чи неочікуване зло сталося з ним. Проте справжньому християнину важливо знати й те, що, перебуваючи в такому складному стані, він може виявитися самотнім, покинутим усіма, але Бог його не залишить, бо завжди з ним. Потім за допомогою Біблії (Слова Божого) та церкви, використовуючи молитви, вірянин зможе перемогти страх та отримати спокій і любов. Християнське

віровчення закликає людей не бути пасивними, бездіяльними, а просить допомагати й іншим побороти плотські страхи.

4.2. Хоробрість як протилежність страху

Загальновідомо, що однією з основних чеснот у всі часи була хоробрість. Вона – важливий атрибут поведінки справжніх чоловіків. Багато мудреців мають свої висловлювання-афоризми щодо цього феномена. Ось деякі з них. «Бог – це надія для хороброго, а не виправдання для боягуза» (Плутарх) [339, с. 422]. «Сміливість без розсудливості – лише особливий рід боягузтва» (Сенека). «Іноді відвага виростає зі страху» (Дж. Байрон). «Для того, щоб цілковито бути позбавленим сміливості, потрібно зовсім не мати бажань» (К. Гельвецій). «Фортуна надає перевагу сміливим» (Е. Роттердамський) [11, с. 508-509]. «Звертатися до мужності – це вже наполовину означає навіяти її» (І. Кант) [340, с. 408].

Індійський мислитель Р. Ошо стверджує, що «по-справжньому жива людина завжди відчуває себе в небезпеці. Яка у неї може бути безпека? Життя – не механічний процес, і воно не може бути безпечним. Це непередбачувана таємниця. Ніхто не знає, що трапиться в наступну мить» [255, с. 7]. Хоробрість беззаперечно пов'язана з людиною та її життям, а в людському житті вагоме місце посідає страх, тому вона (хоробрість) означає «іти в життя наперекір усім страхам» [255, с. 12], «ризикнути відомим заради невідомого, зручним заради незручного; це паломництво до незнайомої точки призначення» [255, с. 13].

Найвидатніший філософ Росії всіх часів В. Соловйов вважав страх негативною емоцією. Для повноти розуміння зазначеного феномена він зробив своєрідний аналіз хоробрості чи мужності як почуття, протилежного до страху. Цей релігійний мислитель стверджував, що в основі мужності лежить принцип панування людини над нижчою стороною своєї природи: вона «усвідомлюється людиною не як перевага тільки хижачького інстинкту, а як здатність духу підноситись над інстинктом особистого самозбереження, причому наявність цієї сили духу є чеснотою, а відсутність її засуджується як ганебне» [323 с. 131].

Кожна людина в різних ситуаціях поводить себе по-різному, будучи в одних ситуаціях сміливою, а в інших – боязливою. Це все залежить від численних зовнішніх і внутрішніх факторів. Деякі вчені вважають, що «усередині кожної людини є велика кількість «частин» особистості, які часто конфліктують між собою, причому в різні моменти життя поведінку людини може визначати то одна, то інша частина. У нейролінгвістичному програмуванні є навіть спеціальна техніка – «“інтеграції конфліктуючих частин”», яка повинна допомогти “суперечливим” частинам прийти до розумного компромісу» [409, с. 271].

Хорообрість за своєю суттю не буває однорідною, однаковою. Що спонукає особистість на сміливі вчинки? Тут можна виділяти масу матеріальних і духовно-моральних чинників, як-то моральний обов’язок перед людьми, відчай, особиста зацікавленість, любов, дружба, порядність, взаємовиручка, справедливість тощо.

Ю. Щербатих [409] та ін. вирізняють такі види хорообрості: 1) хорообрість емоційного пориву (страху людина позбувається тому, що в певний момент не може цього не зробити); 2) хорообрість безнадійності (коли надія на здобуття потрібного результату нікчемна, і тоді буває, що особистість кидає виклик долі, ризикує й дістає бажаний результат); 3) хорообрість переконання (свідомого рішення) (сили проти страху у цьому випадку надає людині свідоме (усвідомлене) рішення насамперед, певні принципи, переконання); 4) професійна хорообрість (в осіб, які постійно мають справу з ризиком (шахтарі, пожежники, рятувальники та ін.), завдяки досвіду і професіоналізму зменшується сила страху); 5) видима хорообрість або наявність «більш сильної мотивації, ніж інстинкт страху» [408]. Виокремлюються кілька типів такої хорообрості: а) хорообрість, пов’язана з відчуттям безкарності (так звана хорообрість, коли скривджують слабшого (дитину, старика, каліку, тварину тощо)); б) прагнення до багатства (коли на карту ставиться справа всього життя, страх може раптово зникати); в) хорообрість молодості (у цьому віці люди мають схильність до сміливості й безрозсудності, бо не думають про смерть, прагнуть «завоювати світ», легко сприймають чужі

принципи, намагаються швидше вирватись на свободу від опіки); г) хоробрість дурня (поведінка, при якій не усвідомлюється ступінь небезпеки; проте це швидше ідіотизм, а не сміливість); д) відсутність страху при деяких психічних захворюваннях (слабоумство, маніакальний синдром та ін.); е) відсутність страху, коли людина не хоче жити (у самогубців).

Важливо усвідомлювати, що безрозсудна сміливість емоційного пориву охоплює людину, коли вона здійснює подвиг. Але буває й по-іншому: «людина не відчуває захоплення від небезпеки, але все проходить так швидко і несподівано, що особа здійснює сміливий вчинок під дією миттєвого пориву, навіть не встигнувши все належно обдумати» [409, с. 275]. Дослідники припускають, що «причиною відчайдушно сміливих вчинків, крім лютості і злості, можуть бути й інші емоції, наприклад, відчай приречених, перемішаний із тією ж злістю до ворога» [409, с. 277]. Наведемо кілька прикладів, коли саме страх і безвихідь спонукали людей до зухвалих вчинків, перетворюючи на відчайдушних сміливців. Перший ми взяли із роздумів французького філософа епохи Відродження М. Монтеня, який міркував, що «крайня міра страху виражається в тому, що, піддавшись йому, ми навіть переймаємося тією самою хоробрістю, якої він нас позбавив у ту саму хвилину, коли потрібно було виконати свій обов'язок і захистити свою честь. При першій великій поразці римлян під час війни з Ганнібалом (цього разу командував ними консул Семпроній), один римський загін чисельністю до десяти тисяч піхоти, опинившись у полоні страху, не бачив у своїй легкодухості іншого шляху порятунку, кинувся напролом, у самісіньку гущу ворогів, і пробився крізь них із зухвалістю, що викликає подив, завдавши важкої втрати карфагенянам» [235]. Другий приклад віднаходимо в романі І. Стаднюка «Війна» [326], де письменник дуже тонко показав психічний стан людини, яка «відчула себе приреченою, і від цієї приреченості вона не впала у відчай, а вирішила якомога дорожче продати своє життя, проявивши в критичний момент особливу хоробрість» [409, с. 277]. Протилежним до проілюстрованих ситуацій є приклад страху, який сковує людей, примушує їх

«ціпеніти»: «Ми знаємо, – пише М. Реріх, – як зупинені вершником подорожні терпляче чекали його, поки він сходить до табору за мечем, щоб відрубати їм голови. І тепер багато де можна бачити таку ж терпляче схилену голову» [294, с. 15].

Принципи (переконання) часто спонукають людину бути хороброю. Для неї почуття гідності і страх не виглядати в очах товаришів боягузом є надзвичайно важливими. Саме це й підштовхує до зневаги тієї чи іншої небезпеки. «Переконання – абсолютно людський феномен, не відомий більше ніде в живій природі. Суть його в тому, що «вкладені» у свідомість у процесі її соціального розвитку чи «вирощені» нею самою програми поведінки часто виявляються сильнішими за генетично вроджені програми, які диктують свідомості зовсім інші стратегії реагування в певній обстановці. І тоді вчений перерізає собі вени на руці, щоб потім вивчати процес відновлення больової чутливості (Д. Хебб), мовчить на допиті (З. Космодем'янська) чи йде у вогонь, бо вважає, що істина понад усе (Д. Бруно). З одного боку, подібні приклади показують нам справжню велич людського духу, що підноситься над грубим біологізмом наших тваринних прашчурів, а з другого – коли на думку спадають страхіння Громадянської війни чи Варфоломіївської ночі, показують повну абсурдність думки, згідно з якою потрібно віддавати життя за свої релігійні чи ідеологічні переконання. Однак, незважаючи на багатоманітність культур і традицій, вироблених за тисячі років тисячами народностей Землі, у процесі соціальної еволюції викристалізувалися певні базові принципи, які визнаються правильними майже в усіх національних культурах» [409, с. 280]. Прикладами цього можуть слугувати заповіді Старого і Нового Заповіту, «колективне несвідоме», зводи законів тощо.

Уважний розгляд протилежних один одному феноменів сміливості і боягузтва дозволяє припустити, що справжня гідна поведінка перебуває, напевно, посередині між інстинктом самозбереження (так званим тваринним страхом за своє життя) і безрозсудною відчайдушною сміливістю. Можна «взяти й іншу лінію координат, на одному кінці якої буде міститися егоїзм, а

на другій – альтруїзм і самопожертва. Третій варіант точки відліку – активне бажання врятувати своє життя на одному полюсі і пасивне безвілля приречених – на другому. Найбільшого захоплення заслуговує вміння в будь-якій, навіть найдраматичнішій ситуації, не скотитися до цих крайнощів, а не зважаючи на страх й інстинкт самозбереження, гідно виконати свій обов'язок і спробувати врятуватися самому» [409, с. 282].

Існує певна залежність хоробрості окремо взятої людини від спільноти (суспільства). Вислів «Яке суспільство – така й людина» в нашому випадку означає, що від ступеня розвитку суспільства залежить і рівень хоробрості конкретної особи, адже вона – своєрідний продукт свого оточення. «Людина призначена для життя в суспільстві, вона повинна жити в суспільстві; вона ж цілком завершена людина і суперечить сама собі, якщо вона живе ізольовано» [340, с. 469]. Є й інший, зворотний вислів, який також претендує на певну істину, – «Яка людина – таке й суспільство». Це говорить про те, що будь-яка спільнота складається з відносно самостійних особистостей, а коли кожна людина є творцем самої себе, то, у свою чергу, і все суспільство – спільнота унікальних і неповторних людей-особистостей. Важливо зауважити, що, крім хоробрості, на особистість вагомий вплив у соціумі мають релігія, виховання, культура тощо.

Хоробра людина – не та, яка не переживає (не відчуває) страху, а та, що може протистояти йому, може з ним упоратись. У Старому Заповіті наголошується, що хоробрим є той, хто, не зважаючи на страх, діє так, як належить. «Не лякайся й не падай духом, бо Господь, Бог твій, з тобою, де б ти не був» (пр. Нав. 3,5-17;6).

Зрозуміло, що страх властивий усьому живому, але існують суто людські страхи. Серед них науковці виділяють чоловічі і жіночі страхи. У їхніх проявах є свої особливості. Передусім тут слід сказати про наявність усталених стереотипів. Якщо чоловік боїться, то його в певному культурному середовищі (це стосується країн, регіонів тощо) можуть легко і просто звинуватити в боягузстві (тобто на страх чоловіка в такій спільноті накладається заборона). Жінці ж, згідно із тим самим стереотипом, як

істоті слабкій, навіть потрібно боятися, бо це засвідчує її жіночність. Сьогодні популярними в науковому середовищі є дослідження гендерних аспектів статі. Тому й яскраво постають питання, пов'язані з маскулінністю і фемінністю. Вважається, що суттєвими фемінними ознаками в жінок є м'якість, ніжність, ефектність, терпимість, вразливість, жалісливість, уникнення конфліктних ситуацій тощо, а маскулінність у чоловіків репрезентується сміливістю, агресивністю, практичністю, рішучістю, честолюбством, силою, лідерством, винахідливістю тощо. Це їх іманентні характеристики. Стереотипи наголошують, що наявність у жінки чоловічих рис, агресивності, наприклад, – негативний виняток із усталеного переліку складників жіночності. Небезпеку, на яку щодня може наражатися жінка, повинен брати (перебирати) на себе сильний, хоробрий і рішучий чоловік. Тут доречно згадати цікавий момент із мусульманської культури: жінка, яка йде біля чоловіка, має перебувати дещо позаду. Це означає не лише те, що в цій цивілізації жінка вторинна, але й те, що попереду можуть бути різні небезпеки (загрози), і саме сильна стать першою має сміливо зустріти і здолати їх і таким чином захистити й зберегти жінку. Ми вважаємо, що в розв'язанні складних гендерних питань не може бути так званого єдино правильного (догматичного) підходу. Слід звернути увагу й на те, що і маскулінні, і фемінні риси наявні як у чоловічої, так і в жіночої статі. Фахівець з історичної феміністики та гендерної історії України О. Кривоший аргументовано показує «присутність «маскулінного» у повсякденних практиках «воюючих» жінок козацького Запорожжя» [169, с. 15]. Хоробрість, сміливість, рішучість, агресивність та інші маскулінні якості жінок мали свої причини появи і прояву. І вони, на думку дослідника, пов'язані з екстремальними, тобто з небезпечними ситуаціями в житті, зі страхом перед ніщо, перед небуттям.

Страху властиве передусім жіноче обличчя (лик), можливо, ще й тому, що гормону, який називається естроген, у них значно більше, ніж у чоловіків. А він, звісно, швидко знімає агресію, яка виробляється іншим гормоном – тестостероном, що більшою мірою властивий маскулінній статі – чоловікам.

Відомо, що хоробрими воїнами (тобто кращими), починаючи з Античності, були не ті, хто не боявся, а ті, хто міг добре управляти своїм страхом. За переказом, «Олександр Македонський, набираючи воїнів у свої загони, влаштовував їм випробування: під час спокійної бесіди з новобранцем у нього за спиною ударяли мечем по щиту. Якщо людина від переляку червоніла, це означало, що у момент небезпеки вона швидше за все розіллється, ніж розгубиться, тобто буде відважним воїном. Той, хто бліднув від страху і впадав у заціпеніння, визнавався придатним хіба що для служби в обозі» [113, с. 163].

Чимало дослідників указують на те, що хоробрість у мові має багато синонімів, і надають досить обсяжний їх список: сміливість, мужність, героїзм, безстрашність, відвага тощо. Усі вони (разом із хоробрістю) належать до вольових якостей особистості і пов'язані з поведінкою людини в ситуації небезпеки. З усією достовірністю можна говорити про тісний зв'язок цих понять із хоробрістю, але певна специфіка в них також очевидна. Наприклад, сміливість похідна від розуміння, яке започатковане в мудрості, а відтак хоробрість є зовнішнім виявом сміливості.

У поняттях «хоробрий» і «сміливий», як зазначає Ю. Щербатих, можна побачити два контексти – «як характеристики якогось конкретного вчинку чи як визначення людини. Між цими варіантами існує принципова відмінність: сміливий учинок може здійснити не лише хоробра особистість, але й боязка людина (якщо її до цього примусять певні обставини), а ось сміливість як риса особистості є явищем більш визначеним – воно вказує на характерний для даної людини спосіб поведінки в небезпечних ситуаціях» [409, с. 260]. *Сміливість* – це «уміння перебороти страх і йти на виправданий ризик» [314, с. 170]. «У побуті (і не лише – прим. М. М.) ці два значення слів «хоробрий» і «сміливий» часто змішують. Виявити попередньо, до зіткнення з реальною небезпекою, хто з людей має сміливість, а хто – ні, досить непросто» [409, с. 261]. Аналізуючи хоробрість, розуміємо, що «вона є – особистісною якістю, яка мало схильна до змін із плином часу. Якщо людина була сміливою в молодості, то і в старості вона буде виявляти відвагу» [409, с. 262]. В історії

філософської думки своєю нечуваною хоробрістю славився один із трьох найвеличніших мислителів стародавньої Греції – Сократ, який кілька разів, у віці від 30 до 40 років, служив у армії, де «користувався великою повагою за хоробрість і стійкість духу» [322, с. 10]. Особливо про хоробрість, сильну волю й неабияку внутрішню силу цього мудреця свідчить останній етап його життя.

Мужність визначають як особистісну якість, «що виражається у здатності діяти рішуче і доцільно у складній або небезпечній обстановці, контролювати імпульсивні пориви, переборювати можливе почуття страху та невпевненості, в умінні мобілізувати всі сили для досягнення мети» [286, с. 259].

Платон вважав, що душа людини в пошуках істини має справу з думками, тож у такому випадку мужність є думкою про безпеку. Мужньою «ми назвемо кожную окрему людину саме в тій мірі, в якій її роз'ятрений дух і в горі, і в насолодах дотримується вказівок розуму щодо того, що небезпечно і що безпечно» [267, с. 217]. Мужні й боягузливі особи мають різні думки про те, які речі є страшними, а які ні. Виявляється, згідно з Платоном, щоб стати безстрашним, потрібно лише змінити думки про речі.

Слід згадати приклад такої мужності, який трапився в центрі Антарктиди, на станції Новолазарівська у 1961 році. «Серед зимівників був лікар Леонід Рогозов. І мало ж таке статися, щоб на апендицит занедужав саме він. Леонід легко міг допомогти будь-кому зі своїх дванадцяти товаришів. Але йому операції зробити не міг ніхто. Він розумів не тільки те, що без операції помре, але й знав, що тоді на всю зимівлю станція залишиться без лікаря. Жоден літак антарктичною зимою не міг долетіти до Новолазарівської. І він за всіма правилами розрізав собі черевну порожнину, видалив апендикс і наклав шви» [269, с. 59]. Мужність, разом зі стійкістю, доброзичливістю, дружелюбністю М. Реріх вважає однією з основ людського життя [295, с. 50].

Героїзм – це поведінка людини, пов'язана із самопожертвою, коли та «відмовляється у виняткових обставинах, тобто в ситуації «або-або» (чи вона турбується про себе, жертвуючи іншими,

завдаючи шкоду іншим, чи вона турбується про інших, жертвуючи собою). У цих обставинах, зробивши вибір на користь інших, людина чинить як герой. Героїзм у надзвичайних ситуаціях, на пожежі, на війні тощо повністю виправданий і природний, коли можна говорити про нього, як нормальне явище. Так, героїзм – нормальна поведінка у ненормальних (виняткових) обставинах! І він же... – ненормальна поведінка в нормальних обставинах, у нормальному житті» [19, с. 250]. У всі часи героїв шанували. Вони були національною гордістю народів, про них із покоління в покоління передавались різноманітні історії й легенди. Вважалося, що «людина, яка здатна на мужній, героїчний учинок, зазвичай тверда у своїх переконаннях, своїй позиції» [66, с. 261]. «Мужня філософія» – екзистенціалізм вустами Ж.-П. Сартра повідомляє, що «герой не тому герой, що він таким народився, а тому, що він зробив себе героєм» [56]. Так само, вважає цей французький мислитель, «боягуз відповідальний за своє боягузтво, бо сам зробив себе боягузом своїми вчинками» [56]. Отже, людина – «не якась сума задатків, можливостей і надій, вона є нічим іншим, як її життя, як її вчинки» [56].

Безстрашність немовби заперечує страх, говорить про його відсутність. Її можна переживати, відчувати, але, ймовірно, тільки тоді, коли людині вже знайоме відчуття страху. Таким чином, саме буття страху визнається, але існують і шляхи, щоб його позбутися, зумовлені виходом за межі. Зауважимо, що безстрашна особистість мимоволі демонструє свою силу, вселяє довіру і повагу всім тим, хто з нею спілкується.

Схильний до парадоксів філософ-стоїк Епікет цілком відповідально заявляє: «Людина не повинна нічого боятися, вона повинна бути безстрашною і разом з тим вона повинна жити із страхом» [297, с. 220], тобто бути безстрашною в одних випадках і боятися в інших.

Відвага – це така вольова, соціальна якість, коли людина досягає передусім суспільно значущої (а не особистісно значущої) цілі і керується при подоланні страху почуттям обов'язку, яке пов'язане з її переконаннями, світоглядом.

Досить цікаве і своєрідне розуміння хоробрості, на нашу думку, у релігійному дискурсі. В ісламі вона (хоробрість) тісно пов'язана з мужністю, сміливістю, відважністю, людяністю, доброчинністю. Хоробра людина – правдива людина. Той, хто втратив сміливість, не може бути правдивим, і в мусульманському суді його свідчення не приймаються. Страх – це протилежність хоробрості, вважають правовірні цієї світової релігії. Хоробрість майже завжди приводить до твердості (стійкості) серця. Але тут має бути своя міра, щоб не було крайнощів, бо вони (крайнощі) завжди дають негативний результат і не лише в матеріальному, а передусім у духовно-моральному вимірі. Мусульмани переконані, що слабке серце веде до боягузтва, а занадто сильне – до нерозсудливості.

Яскравим прикладом боротьби хоробрості, сміливості зі страхом, боягузством у християнській релігії є життя і діяльність одного з перших учнів Ісуса Христа апостола Петра. Боязнь вітру, хвиль, жінки, зрада Учителя – ці моменти його біографії немовби стоять поруч, в одному ряді. Ісус про Петрову майбутню зраду добре знав (сам йому про це говорив), але після ганебної зради учня простив йому, бо апостол усвідомив усю повноту свого підлого вчинку і довіку глибоко це переживав; він покався. Петро вшановують усі (чи майже усім), хто сповідує християнського Бога, хто підтримує християнські цінності. Близькою цим людям є не лише віра Петра, але і його слабкість (ганьба), спричинені страхом. Але особливо захоплює і цінується в християнському світі саме хоробрість апостола, яка полягала в сміливості визнати свої помилки і, не вагаючись, піти далі, назустріч небезпеці, проповідувати християнські ідеї (про Спасителя – Ісуса Христа, що був розп'ятий, а потім воскрес і вознісся на небеса), проявляючи при цьому неабияке благородство і мужність, та прийняти згодом мученицьку смерть. У Римі чужоземця Петра за наказом імператора Нерона ув'язнили в темницю, а потім засудили до бичування і розп'яття на хресті. Але апостол вирішив, що «для нього занадто велика честь померти так, як помер його Учитель, від якого він колись зрікся» [352, с. 381]. І він попросив своїх катів «про останню милість –

прибити його до хреста вниз головою. Це прохання було виконано. Так помер великий апостол Петро» [352, с. 381].

Щоб подолати страх, нам у нагоді неодмінно може стати хоробрість, яку потрібно постійно виховувати в собі (це передусім означає виховання віри у свої сили і впевненості у собі), а вже потім робити сміливі вчинки. Отже, «можливо, найбільшою сміливістю при цьому буде сміливість залишатися самим собою» [225, с. 134].

Хоробрість завжди потребує волі (вольового зусилля), а воля, як відомо, завжди свідомо. Вольова дія не та, де людина говорить «я хочу» чи «мені потрібно», а та, де вона свідомо ставить цілі (цілі) і наголошує при цьому «я мушу» чи «я повинен». Людина може змусити і зупинити себе. Будь-яка справа має початок, про який Аристотель говорив, що він, «очевидно, більше половини всієї справи...» [339, с. 279]. Розпочинати завжди потрібно, тому важливо при цьому свідомо себе примусити – примусити розпочинати і без сміливості в цьому випадку не обійтись. Тут, може, буде щось нове, зовсім інше, незвичне, де зовсім не видно гарантованого успіху. Неможливо діяти в цій справі і без наполегливості, яка потрібна для того, щоб продовжити і закріпити те, що вже знайдено (одержано). Також ця наполегливість вимагає хоробрості, бо вона спонукає до предметнення цілі, яку ставить перед собою особистість. Коли така особистість зацікавлена у досягненні цілі, в позитивному результаті своєї діяльності, то їй не буде часу для страху і хвилювання.

Люди не дуже люблять говорити про свої страхи, бо це немовби повертає їх знову і знову до минулих страхів (але на новому рівні) та несвідомо змушує ще раз переживати негативний досвід, пов'язаний з ними. Той, хто одного разу вже мав неприємні відчуття, не хотів би їх переживати ще раз. Тут потрібна неабияка мужність, щоб не злякатися і визнати свої страхи і таким чином зробити рішучий крок до їх мінімізації чи подолання, адже актуалізація самого страху – це один із перших дієвих етапів, який веде до можливого тілесного й душевного комфорту особистості. У даному разі слід пригадати початок так

званої «хрущовської відлиги» в СРСР (друга половина 50-х – початок 60-х рр. XX ст.). М. Хрущов, тодішній Перший секретар КПРС, який прийшов на зміну своєму попередникові Й. Сталіну, на XX з'їзді компартії (25 лютого 1956 р.) не побоявся розкрити культ особи тирана (який, до слова, не було розвінчано до кінця, зокрема, доповідь не було опубліковано, не розкрито причини культу тощо), засудити його злочинну політику. Із зали, де проходило засідання цього з'їзду, прозвучав вигук: «А де тоді ви були, товаришу Хрущов? Чому ж не протидіяли товаришу Сталіну?». М. Хрущов, не довго думаючи, відповів: «Встаньте, хто це сказав!». Але так ніхто і не встав. Тоді Перший секретар партії продовжив: «Ну що, страшно?! Так от і мені тоді було страшно» [283, с. 2]. Перша особа держави визнала страх, який був безкінечно великим і поширювався в ті часи з надзвичайною силою на кожен конкретну особистість і на суспільство загалом. Цей страх мав свою специфіку. Щоб вистояти і вижити, людям треба було не тільки визнати страх, але й зрозуміти його та адаптуватися до нього. Перебуваючи в постійній напрузі, у стані стресу, їм доводилося «вмикати» захисні механізми, здатні скасовувати страхи і тривоги та пом'якшувати незадоволення (досить ефективно регулювати переживання страху може витіснення: «Цей механізм захисту був одним з перших, що привернув увагу З. Фрейда...» [103, с. 18]).

У результаті аналізу проблеми страху, а саме відношення страху і хоробрості, стає зрозуміло, що хоробрість не відкидає існування страху, а визнає його. Завдяки хоробрості особистість може мінімізувати, приборкати страх.

4.3. Кооперація і страх

Феномен страху може керувати економічною діяльністю в соціумі (а саме в кооперації) і впливати як на матеріальну, так і на духовну сферу кожної людини. Дослідниця О. Амінова з цього приводу зазначає, що «економічним життям людей керують не тільки розум чи розрахунок, а й емоційні, афективні, підсвідомі та стереотипні елементи, данина традиціям, нормам,

цінностям, релігії, також ризик, благодійність, бажання успіху, примус, почуття страху чи перемоги» [8, с. 10].

Страх є емоційним станом, який виникає в ситуаціях загрози фізичному чи соціальному існуванню людини і спрямований на джерело реальної чи уявної небезпеки (страх перед смертю, перед небуттям, страх безглуздо прожити життя, страх втратити шанс у конкуренції за процвітання, страх перед різними хворобами і небезпеками тощо) [65, с. 402].

Кооперація належить до тієї сфери соціального та економічного життя людини, що має тісний зв'язок із проблемою страху. У неї (кооперації) чимало різновидів, серед яких на чільному місці в Україні і світі є споживча, кредитна, сільськогосподарська, виробнича кооперація.

Потрібно зауважити, що філософська думка як у минулому, так і нині досить рідко розглядає ті чи інші проблеми і перспективи розвитку кооперації. Останнім часом у філософському дискурсі з'являються невеликі напрацювання, що стосуються філософії кооперації, але вони відрізняються своєю фрагментарністю, відсутністю цілісності. Переважно цим філософствуванням займаються економісти, історики, журналісти, політики, а самі фахівці-філософи чомусь уникають означеної теми. Напевно, на це є свої причини. Слід сказати, що сучасні українські і російські вчені М. Аліман, В. Апопій, К. Вахітов, В. Геєць, С. Гелей, В. Гончаренко, В. Дронов, Ю. Ільїн, І. Захаров, В. Зіновчук, В. Кабанов, О. Крисальний, А. Макаренко, В. Мартинів, Л. Молдаван, Л. Наговіцина, Т. Оніпко, А. Пантелеймоненко, В. Подолян, В. Рекрут, Г. Скляр, Л. Теплова, Л. Уколова, Н. Фігуровська та інші у своїх наукових розвідках здебільшого акцентують увагу на історичних, економічних та соціальних аспектах кооперації, а в самій філософії кооперації дослідники зосереджують певну увагу на питаннях власності, морально-духовних засадах і соціальній відповідальності означеного феномена.

Філософія – це одне з найвидатніших надбань людської цивілізації і культури. Вона – «не тільки візитна картка цивілізації і культури, а й їхня основа та животворний фермент»

[238, с. 10]. Важливо наголосити, що сама філософія відрізняється від конкретних наук (економічних, історичних тощо) тим, що у науковому дослідженні бере участь людський розум, а у філософствуванні – все людське єство: воля, інтуїція, чуття, серце тощо; мова філософії більш різноманітна, ніж наукова; філософська істина відрізняється своєю сталістю (від неї відмовляються рідко), а наукова є тимчасовою (від якої вчений може відмовитись на користь більш обґрунтованої істини); способів пізнання істини у філософії значно більше ніж у науці. Тому в назві «філософія кооперації», де висувається поняття «філософія», має бути аналіз, що відтворює специфіку філософії, адже вона «...не піддається визначенню через щось інше, а тільки через саму себе й у якості самої себе – без порівняння з чим-небудь, з чого можна було б добути її позитивне визначення. У такому випадку філософія є щось самостійне, останнє...» (М. Гайдеггер) [155, с. 9]. Історично так склалося, що філософія виплекала науку, яка з часом стане особливим проявом людського духу.

Слово «*кооперація*» (від лат. cooperation) означає *співробітництво*. Про кооперацію можна говорити як про: 1) гуртування і співпрацю людей у будь-якій сфері суспільного життя; 2) таку форму організації праці, за якої певна кількість людей спільно бере участь в одному й тому ж або в різних, пов'язаних між собою виробничих процесах; 3) сукупність специфічних громадсько-господарських об'єднань людей – кооперативів, систему, в яку поруч із ними входять їх об'єднання, підприємства та заклади, які їм належать [6, с. 5].

Протягом багатовікової історії суспільного розвитку існували певні види діяльності, якими займалися групи людей. Групові об'єднання забезпечували більш ефективну діяльність порівняно з індивідуальною [212, с. 50].

Які ж причини виникнення «групності», колективності, кооперативності (як певної групової взаємодії і розуміння) і, кінець кінцем, самої кооперації? На нашу думку, початок цього процесу слід шукати ще в первісному суспільстві. Щоб діяти і розвиватися, людям передусім необхідно було забезпечити своє

існування (людське буття), відтак гостро поставала потреба самозбереження. Первісна людина надзвичайно часто зустрічалася з небуттям – смертю, позаяк середня тривалість життя тоді становила 20–22 роки. У цієї людини, яка ще не була особистістю, виникав стійкий емоційний стан (вона почала значно раніше переживати, ніж усвідомлювати, це можна простежити й у феномені онтогенезу) – страх перед небуттям, тобто спрацьовував сильний біоінстинкт [211, с. 170]. Небуття – це все те, що знищує буття. У будь-якому разі страх небуття – це відповідь на зіткнення людини з руйнацією умов її нормального буття. Особа, в якій первісно (у самій її природі) закладений інстинкт стадності, почала відчувати, що її дія має бути взаємодією, бо тільки тоді вона може бути результативною (справжньою) і підтримувати життя. Таким чином, життя можливе (не кажучи про його якість) лише в певній (груповій) організації – плем'я, рід тощо. *Страх самозбереження* і привів людей до групової діяльності, кооперативності. Е. Фромм справедливо зауважує: «У будь-якому мислимому суспільстві людина повинна об'єднуватись з іншими людьми, якщо вона хоче вижити, або для захисту від ворогів і небезпек природи, або для того, щоб мати можливість працювати та виробляти все те, що необхідне для життя» [376, с. 37]. На цьому етапі з'являється певна форма свідомості, яку можна класифікувати як «Ми-свідомість» – свідомість, що «визначається належністю індивіда до його соціальної групи: племені, роду, общини і т. ін.» [217, с. 55]. Вона є визначальною як для спільноти, так і конкретного індивіда. В її межах людина виступає лиш як носій та представник колективних і родоплемінних уявлень, цінностей, норм. Тому один індивід ніколи не протистоїть іншому індивідові: протистояти могло лише наше «Ми» чужому «Вони».

Страх був основним станом, що супроводжував первісну людину. Саме страх, на думку деяких дослідників, «став тим стрижнем, навколо якого з'являються генеральні аспекти культури, а саме: мова, релігія, трудове і суспільне життя» [375, с. 34]. Можна говорити про стадність, «групність», колективізм як про «спосіб самозбереження живих систем» [200, с. 175]. Але колек-

тивізм можливий лише в соціальному середовищі і є вищим рівнем розвитку групи. Так іще з прадавньої історії (первісно-общинного суспільства) відомі аспекти гуртування, співпраці, які можна класифікувати як кооперацію, де одне з провідних місць належить екзистенціалу страху. Зародження кооперації загалом стало результатом закономірних процесів. У подальшому поступі соціуму (в Античності, Середньовіччі, епосі Відродження, Новому часі) кооперація і страх будуть взаємодіяти і їх взаємодія матиме свою специфіку. Кооперативи як самостійні організації людей, що добровільно об'єдналися з метою задоволення своїх економічних, соціальних та культурних потреб за допомогою підприємства, яке перебуває в їхній спільній власності, формально з'явилися на європейському континенті в умовах розвитку товарно-грошових відносин у середині XIX століття.

Історія засвідчила, що кризи (соціальні, політичні, економічні) постійно супроводжували людство у всі часи і стосувалися майже всього суспільства (особливо найбільш вразливих і найменш захищених верств), тому *страх перед своїм майбутнім* (якістю життя в ньому і виживанням взагалі) був надзвичайно сильним, а це спонукало людей до реальних дієвих кроків щодо збереження свого життя (виживання) і можливого його покращення. Зауважимо, що тривога перед невідомим і невизначеним майбутнім глибоко вкорінена у людське мислення. Люди з жахом можуть ставитися до минулого, їх часто не задовольняє сучасне, але реальний страх особистості може відчувати передусім тоді, коли вона думає про те, що її чекає у майбутньому. Дієвим і ефективним засобом для виживання і покращення якості життя є кооперація, кооперативи. Визначний український теоретик і практик кооперації В. Доманицький (1877–1910) у своїх «Товариських крамницях» з цього приводу підкреслював: «Найліпший рятунок – товариські спілки, коли люди працюють гуртом самі для себе. А гурт, звісно, – святе діло... Гуртом не страшно ні до якого діла узятися, у гурті найважча робота за гру здається. Коли велика вигода буває з того, як двоє або троє спрягаються та разом орють, сіють, возять, або молотять хліб, то що

вже й казати про більші спілки хліборобські, хліборобські артілі, коли до гурту стає кілька сімей, 10–15 або й більше робочого люду, й вони роблять гуртом усяку роботу, і вже аж готовим зерном, або навіть грішми між собою діляться!» [5, с. 1]. Дуже важливо, щоб у таких організаціях усвідомлювалися і реалізувалися *кооперативні цінності*. Протягом кооперативної історії (від Р. Оуена, В. Томпсона, Л. Блана, «рочдельських піонерів» із Ч. Говардсом і до наших днів) відбувалася їхня еволюція. Динаміка змін цінностей (принципів) залежала від конкретних умов і країн, стадій розвитку, класової структури, політичної орієнтації тощо. Останні зміни зафіксовані в Декларації про кооперативну ідентичність, яка прийнята Міжнародним кооперативним альянсом на XXXI конгресі МКА 20 вересня 1995 р. Взаємодопомога, демократія, справедливість, рівність, чесність, взаємна відповідальність, солідарність, відкритість, соціальна відповідальність і турбота про інших [95] – ці принципи повинна виконувати кожна кооперативна організація, вони не мають бути декларативними гаслами. Якщо принципи не виконуються, а постійно порушуються (особливо вибраними керівними органами товариств, спілок тощо), то *страх особистості за своє гідне життя* зараз і в майбутньому посилюється. Але на цьому деструктивні процеси не зупиняються, а виникають нові страхи – самотності, покинутості, нереалізованості тощо. Це може призвести не тільки до депресії та повної руйнації особистості людини, але й смерті.

Тому в системі кооперації завжди існувала нагальна потреба у високоосвічених, культурних, толерантних фахівцях-патріотах як своєї справи, так і кооперації загалом. Як не дивно, але найбільша шкода для кооперації може акумулюватися всередині самої кооперації (її установ), бо вона залежить від усіх тих людей (і передусім її очільників), які мають завжди відстоювати високі ідеали кооперативного руху, але, на превеликий жаль, чомусь часто забувають про це. Відомий український учений-економіст, кооператор, громадсько-політичний діяч і педагог Б. Мартос (1879–1977) приділяв велику увагу людському фактору в кооперативних організаціях. Він говорив, що «в першу

чергу керівник кооперативної установи повинен бути людиною порядною. Розум, досвід та енергія людини нечесної принесуть кооперації не користь, а тільки шкоду, тому в першу чергу потрібні люди непідкупні, що для них матеріальні блага не грали б у житті першої ролі, і то однаково, чи справа йде про якінебудь дрібні вигоди, чи про якусь велику користь» [4, с. 24]. Керівник не повинен бути ні користолюбцем, ні егоїстом, громадські справи він має поставити «вище за свої особисті», а ще йому належить бути *не боягузом*, а «людиною смілою, з сильною волею й твердим характером, яка б при невдачах не падала духом, а, певна у вірності вибраного шляху, уперто б йшла до поставленої мети, підбадьорюючи слабодухих» [4, с. 24].

Слід наголосити на тому, що діалектика взаємовідносин у межах кооперації непроста. З одного боку, кооператив закликає до особистої зацікавленості кожного, але «люди, поведінка яких визначається тільки мотивами особистого егоїзму, непридатні для кооперації» [351, с. 92]. З другого боку, у розвитку кооперації виникає так багато проблем і труднощів, що подолати їх може тільки інтерес до спільної справи, громадське піднесення, ентузіазм. «Охорона своїх інтересів повинна поєднатися у кооперативів з готовністю жертвувати ними в ім'я спільних інтересів. Не чистий егоїзм і не чистий альтруїзм, а солідарність інтересів – ось духовна основа кооперації...» [351, с. 93]. Лише така духовна основа кооперації дозволяє людям не тільки вгамовувати *страх перед невизначеним майбуттям*, а й долати його. Адже кооперація – це антропологічний феномен, сила і багатство якого полягає в тому, що він потрібен людям для забезпечення не тільки існування у світі, але й гідного життя в ньому, отримання благополуччя, радості і щастя буття.

Кооперативність, кооперація може виникати через страх, вона може допомагати людині в його подоланні, але також може й викликати страхи, коли порушуються певні «правила гри» – основні кооперативні принципи (а це трапляється тоді, коли егоїстичні тенденції людини беруть гору над спільними (груповими) інтересами). Не можна не погодитися із знаним в Україні та за її межами вченим, фахівцем у галузі кооперації М. Алі-

маном, який справедливо указує на те, що сьогодні кооперативний рух начебто не залежить від такої категорії, як страх. Адже, на його думку, що може бути кращим за ведення діяльності на основі кооперативних цінностей – демократії, взаємодопомоги, рівності, справедливості, чесності тощо. Але, на жаль, не всі члени «кооперативної родини» дотримуються їх, а це негативно впливає на соціально-економічні показники, емоційний і моральний стан людей (кооператорів). Ця причина являє собою реальну загрозу розвитку кооперації і викликає страх. Інший загрозливий чинник – це певне обмеження свободи, тобто підпорядкування волі більшості. Заслугує на увагу, зазначає М. Аліман, ще один фактор, котрий породжує страх, – можливість особистих матеріальних збитків від недосконалого управління діяльністю кооперативного товариства (про це свідчила практика функціонування кредитних спілок в Україні на початку ХХІ ст.).

Про кооперацію не потрібно говорити, як про панацею від усіх нещасть і страхів. Вона має бути не раз і назавжди встановленою і застиглою догмою на всі випадки життя, а гнучкою (пластичною), чутливою до всіх і до кожного, хто сповідує її цінності. Кооперація як соціальний інститут лише тоді посправжньому дієва і допомагає людині, коли відчуває людину і реалії буття, які неможливо обмежити вузькими рамками якихось «правильних» норм, визначень, правил тощо.

Наше життя набагато глибше і різноманітніше за всі існуючі рамки. Тобто кооперація має бути невіддільною від життя, іманентною йому.

Ми переважно зосереджували увагу на відношенні кооперації і соціального страху, але є ще й *екзистенціальний страх* (обумовлений тим, що людина конечна і вона знає про це; індивід бачить очевидність і неминучість втрати себе), який неможливо подолати, та й не потрібно, бо він виступає атрибутом людського існування (тобто це те, чого не може не бути). Коли сила цього страху непомірно велика, то вона може призвести до глибоких переживань і руйнації. Але слід не забувати і про те, що завдяки саме екзистенціальному страху людина здобуває

можливість відчутти справжність, істинність, «смак» буття. Найкращим способом подолання страху є його визнання (тобто вміння жити з цим страхом): це потужний крок для того, щоб успішно мислити, діяти, творити. Прийняття екзистенціального страху як наявного в нашій «картині світу» означає те, що страх втратить значну частину свого руйнівного потенціалу, бо більша частина дезорганізуючого впливу цього страху пов'язана з напругою його боротьби проти витіснення: дія дорівнює протидії. Страх потрібно зробити не елементом власної деструкції, а навпаки – конструктивним елементом. Саме таким важливим феноменом, який може перетворювати навіть екзистенціальний страх на конструктивну силу, є кооперація.

Сучасна філософія кооперації наголошує на тому, що кооперація як вихідний принцип соціальних, економічних і особистісних відносин повинна бути реалізована в численних варіантах суспільної й господарської практики для повного захисту особистості.

4.4. Проблеми й перспективи подолання страху

Немає сумніву у тому, що з феноменом страху, який присутній у бутті людства, обов'язково потрібно рахуватися. Він має свої як позитивні, так і негативні сторони. Чи можна і чи потрібно взагалі боротися зі страхом, долати його? У Західній філософії й культурі напрацьовані певні підходи щодо проблеми подолання страху. У цьому контексті яскраво виділяються психоаналітичний, екзистенціальний та релігійний підходи.

Ще в сиву давнину люди почали знижувати емоційно-психологічну напругу від дії страху завдяки міфології й релігії (передусім первісним їх формам – тотемізму, анімізму, магії, фетишизму). Великою мірою як реакція на страх у світі виникло багато політеїстичних міфологічно-релігійних вірувань – в Єгипті, Месопотамії, Індії, Китаї, Греції, Римі (і цей список можна продовжувати). Дещо пізніше з'явилися зороастризм із своїм дуалізмом та перша у світі національна релігія – іудаїзм з ідеєю єдиного бога (монотеїзм), а потім настав час світових

релігій – буддизму, християнства, ісламу. У буддизмі, приміром, для подолання страху потрібно застосовувати практику медитації. Щоб спастись, це віровчення пропонує своїм adeptам позбавлення від світу зла, визволення, нирвану, отримання спокою. Адже життя – це не радощі, а страждання, а в страждання обов'язково входить і страх. Важливо повірити, зосередити свою увагу на чотирьох благородних істинах, одна з яких показує шлях позбавлення від усіх страждань. Цей шлях називається правильним, серединним, благородним, восьмирічним [214, с. 234].

Психоаналіз говорить про те, що страх є головною причиною виникнення культури. Культура з'являється тоді, коли люди починають обмежувати себе (ще з первісного суспільства). З часу свого виникнення вона, для свого самозбереження, виробляє власні механізми пригнічення і залякування («репресивна культура»), таку систему, за допомогою якої індивід здатен «приручати» свій страх. Пригнічена культурою енергія має вихід у формі неврозу.

Найбільшою проблемою для Заходу, вказує Е. Фромм, є психологічна ізоляція людей і відсутність почуття спільності. Але індивід все-таки намагається подолати страх, який виникає в результаті такої ізоляції, і пов'язує себе з іншими людьми через безліч безглузних забобонів. Тому в сучасному світі й виникають певні негативні організації як способи запобігання ізоляції (терористичні угруповання, збочені релігійні секти тощо). Значного поширення набув також містицизм. Тож «релігія і націоналізм, як і будь-які звичаї, будь-які забобони навіть найбезглуздіші і принизливі, є іноді рятівним колом для людини, якщо вони забезпечують зв'язок людини з навколишніми людьми, рятуючи її від найстрашнішого, що може бути в людини, від самотності й ізоляції» [376, с. 36]. Усе це створює зовнішню видимість зв'язку з іншими людьми та почуття безпеки. «Усвідомлюючи свою окремість, усвідомлюючи, іноді смутно, неминучість хвороб, старості і смерті, людина не може не відчувати своєї незначущості і нікчемності, те, як мало вона значить порівняно з доколишнім світом, з усім тим, що не

входить в її «я». Якщо людина не здобуває якогось сенсу і спрямованості, то вона почувається порошинкою, її охоплює відчуття власної нікчемності. У людини повинна бути можливість співвіднести себе з якоюсь системою, яка б спрямовувала її життя, надавала їй сенс; в протилежному випадку її переповнюють сумніви, які паралізують змогу діяти, а значить позбавляють здатності жити» [376, с. 38].

Екзистенціальна антропологія звернула увагу на страх-тугу – метафізичний страх і зробила наголос на його принциповій нездоланності. Людина – істота самотня й абсурдна. Хворобливою пристрастю для індивіда стає абсурдність існування, починаючи з того моменту, коли він її усвідомив. Сприйняти таку думку дуже складно, тож людина намагається втекти від відповідальності за свої вчинки, за вибір, намагається забутися, позбутися роботи душі, повернутися в «колишнє» існування, у рутину, в натовп. Дуже багато хто вважає за краще жити так, немов «нічого не знає». Людина боїться, адже ні світ, ні власне життя для неї не підвладне і не зрозуміле. Єдине, що зрозуміле – власна смертність, вона обов'язково буде. Народження є великою випадковістю, конкретна людина могла б і не народитись, а от смерть – невідворотна. Власної смерті жодна людина не може позбутися, у неї ніхто цього не забере, ніхто за неї не піде з життя. Часто люди бояться, що про них забудуть, коли вони помруть. Даний факт буває для індивіда страшнішим за саму смерть. Це також змушує боятися. Адже ще з давніх часів (антична Греція, Рим) дотепер звучить вислів: «Людина живе доти, доки про неї пам'ятають». Тому люди відчайдушно шукають свідків свого життя, намагаються «продовжитися» через інших – народжують дітей, радіють, коли з'являться онуки; створюють результати своєї діяльності, пишуть музику, прозові й поетичні твори, фотографуються тощо. Екзистенціалісти вважають, що особистість не повинна боятися абсурду життя (жити без його сенсу). Потрібно збунтуватися, а не втікати від цієї проблеми і навчитися жити людським життям у цьому абсурдному світі. На думку А. Камю, людина має активно брати відповідальність за своє життя і надавати йому сенс.

Страху, як вважають представники *езотеричних* (таємних, прихованих, присвячених у таємниці якого-небудь суспільства або вчення, відкритих тільки обраним) *учень Сходу*, передусім Індії, протистоїть не сміливість, хоробрість (як це прийнято на Заході), а внутрішній спокій індивіда. Саме такий спокій може врятувати від різних страхів і тривог. Людина має налаштуватися на спокій. Життя без страху, без боязні за себе та інших – блаженство. Але незважаючи на таке життя, дуже складно позбутися страху. Індійський філософ і поет Шрі Ауробіндо (1872–1950) вважає, що постійний страх живе у нас на клітинному рівні. Ім'я його – страх життя. Ми звикаємо ловити його всім внутрішнім середовищем, організмом і робимо це впродовж свого існування. Мислитель зауважує: «Для визволення від страху потрібна постійна робота над собою, заспокоєння всіх видів розуму, які існують у нас, – від ментальної сфери до клітинного рівня» [125, с. 160–161].

Для вгамування і подолання страху езотерика (Дж. Крішнамурті, Ошо та ін.) пропонує медитативну методику, оскільки з ним потрібно ідентифікуватися, стати його частиною, злитися і відчути його повністю. У результаті такої процедури емоційна напруга незабаром спаде, страх зменшиться або зникне взагалі.

У своїй книзі «Політ орла» Дж. Крішнамурті викладає методику подолання страху. Він вважає, що думка людини відповідає за страх: «Думка, міркування про нещасний випадок, про пережитий досвід, про стан, в якому були занепокоєння і небезпека, печаль і біль, завжди породжує у нас страх» [170]. Коли думка, використовуючи пам'ять, тягне за собою накопичений життєвий досвід у майбутнє, дія є неповноцінною, тож у ній обов'язково присутній опір і все, що з цим опором пов'язано. Думка – відповідь знання й життєвого досвіду. Із цього випливає, що думка ніколи не буває новою; думка – завжди стара, думка ніколи не може бути вільною, оскільки вона пов'язана з минулим і їй не під силу побачити щось нове. Думка необхідна на певних рівнях, але коли вона проектує себе психологічно на майбутнє і минуле, вона породжує страх. Існує спосіб спостереження себе, в якому немає страху, нема небезпеки – дивитися

без самоосуду, без самовиправдання, без інтерпретації чи оцінки, просто дивитися. Людині потрібно навчитися володіти мистецтвом такого спостереження, коли той, хто спостерігає, являє собою всю цілісність переживань, пов'язаних зі страхом. Спостерігач є сам страх. І коли це усвідомлено, то вже не доводиться витратити енергію на зусилля, необхідне для того, щоб позбутися страху, і просторово-часовий інтервал між спостерігачем і спостережуваним зникне. Доки внутрішньо – психологічно розум не вільний, неможливо побачити те, що істинне: «Потрібна свобода погляду, спостереження; необхідна свобода від упередження, умовиводів, концепцій, ідеалів, забобонів – так, щоб ви дійсно могли самі побачити, що таке страх» [170]. Усі наші цінності засновані на страхах і задоволеннях: моральних, соціальних, релігійних, духовних. І тільки тоді, «коли ви бачите, що ви є частина страху, не існуєте окремо від нього, бачите, що ви є страх, коли ви нічого не можете з ним зробити, тоді страх повністю припиняється» [170, с. 108].

Не можна залишити поза увагою механізми подолання страху, вироблені культурою протягом тисячоліть. Одним із них є *ритуал*. Людина може відчувати себе захищеною завдяки тому, що діє «за схемою», знаючи матрицю своєї поведінки. Ритуал – це канонізована форма поведінки, певна сума регулярно здійснюваних дій, які є символом визначеного соціального порядку, системи цінностей.

У традиційному суспільстві ритуал існує як домінуючий засіб регуляції, а в індустріальному він витіснений на периферію соціальної структури суспільства. Можливо, саме така ситуація призводить до того, що людина індустріального суспільства почувається менш впевненою, стійкою і стабільною, ніж представник традиційного суспільства. Але світ сучасної людини наповнений багатьма різноманітними формами ритуалу, які можуть знижувати емоційно-психологічну напругу. За великим рахунком реальні життєві взаємодії тією чи іншою мірою завжди ритуалізовані. У раніше не відомій ситуації людина починає тривожитись, оскільки матриця дій у даний момент часу нею не апробована. Навіть у такому становищі людина намагається

послугуватися механізмами ритуалізованої адаптації до нової ситуації. Для прикладу візьмімо авіаперельоти, мандрівки на морських лайнерах тощо. Усі процедури тут ритуалізовані, починаючи з моменту реєстрації. Це зроблено для того, щоб мінімізувати страх. Даний принцип є спробою раціонально осмислити ситуацію небезпеки і постаратися вибудувати своє ставлення до неї і дії таким чином, щоб страх перестав виступати тотально панівним психологічним станом. У періоди кризи ритуали можуть знімати відчуття тривоги і небезпеки [375, с. 110].

У ритуалі в символічній формі фіксується і поширюється певна система цінностей. Кожна людина має свою ієрархію цінностей. Страх може визначатися біологічними або соціальними настановами, але завжди можна виявити такі особистісні домінанти, які пересилують страх і примушують діяти наперекір йому.

У процесі становлення й розвитку світової культури створено базові принципи, які визнаються як правильні майже в усіх національних культурах. Використовуючи їх у своїй життєдіяльності, люди мають чудову нагоду долати страхи. Такі принципи містяться в багатьох священних текстах різних релігій (Біблія, Коран та ін.), у Декларації прав і свобод людини, у колективному несвідомому тощо.

Відомо, що людина – істота символічна. Французький психоаналітик, філософ і психіатр Ж. Лакан (1901–1981) говорив, що поза сферою символічного немає місця тривозі. Він підкреслював: «Страх – ознака приналежності. І навіть будучи «чистим» і незваним гостем, виникнути він може тільки в суб'єкті, побудованому символічно. У цьому сенсі Знак («Слово») – є матір'ю, що дарує страху народження. Усе це означає, що страх може мати місце тільки там, де дійсність структурована за принципом бінарних опозицій, там, де з'являється цінність. Там, де з'являється перевага, і хоч вона й заснована на заданості інстинкту, стає можливим зародження страху, так у світі народжується переляк. І лише людська вкоріненість в опозиціях, цінностях стає стартовим майданчиком для подальшого розгортання і перетворення страху. Тому одним із психічних захистів від

нього є обезцінювання ситуації, об'єкта, а для шизоїдної особистості – світу загалом» [195].

Знецінювання об'єкта, якого раніше боявся втратити, – один із варіантів позбавлення, але не панацея від страху. У свою чергу, ще одним варіантом знецінювання об'єкта є його *висміювання*. Класичним прикладом цього слугує карнавальна культура Середньовіччя. У відомій праці «Творчість Франсуа Рабле і народна культура Середньовіччя та Ренесансу» М. Бахтін пише: «Особливо гостро середньовічна людина відчувала в сміху саме перемогу над страхом. І відчувалася вона не тільки як перемога над містичним страхом («страхом божим») і над страхом перед силами природи, – але передусім як перемога над моральним страхом, який сковував, пригнічував і замутняв свідомість людини: страхом перед освяченим і забороненим («мана» і «табу»), перед владою божою і людською, перед авторитетними заповідями і заборонами, перед смертю і загробними відплатами, перед пеклом, перед усім, що страшніше від землі. Перемагаючи цей страх, сміх проясняв свідомість людини і розкривав для неї світ по-новому. Ця перемога, правда, була тільки ефемерною, святковою, за нею знову наставали будні страху і пригнічення, але з цих святкових просвітлень людської свідомості складалася інша неофіційна правда про світ і про людину, яка готувала нову ренесансну самосвідомість» [23]. Отже, суттєвим моментом середньовічного сміху було гостре відчуття перемоги над страхом. «Це відчуття знаходить своє втілення в ряді особливостей сміхових образів середньовіччя. У них завжди наявний цей переможений страх у формі потворно-смішного, у формі символів влади і насильства, що вивернули навиворіт, у комічних образах смерті, у веселих розтерзаннях. Усе грізне стає смішним» [23].

Певний спосіб подолання страху можна бачити в його *ігноруванні*. Крайніми способами такого ігнорування є апатія та ескапізм. «Схильність до небезпеки вельми не завжди виливається в усвідомлення ризику, вона може спровокувати дещо протилежне – заперечення небезпеки через страх перед нею», «голод не можна вгамувати твердженням, що ти ситий; небез-

пеку, навпаки, можна інтерпретувати так, немовби її не існує», «схильність до небезпеки може обумовити небажання її усвідомлювати» [26, с. 91]. Апатія настає в періоди соціальної демобілізації, коли люди вважають, що від них нічого не залежить і вони нічого не можуть зробити, навіть якщо переконані в негативному ході подій. Механізм заперечення психологи розглядають як один із нечисленних самозахистів свідомості, що спрацьовує у випадках безвихідних ситуацій.

Культура і соціум – структури, що розвиваються і постійно ускладнюються. Будь-який розвиток, будь-який крок назустріч новому, невідомому, що переживається вперше, завжди містить страх. Оскільки в житті є незвичайне і невідоме, то страх постійно супроводжує нас. А втім, невідоме може як лякати, так і притягати. Наприклад, вчені-дослідники навмисно шукають зустрічі з невідомим, але слід зауважити, що вони роблять це, будучи впевненими в можливості перевести невідоме в план відомого [375, с. 114].

Багато суперечок точиться щодо розвитку різноманітних екстремальних видів спорту та їм подібних занять. Невже реальних страхів людям недостатньо? Урешті-решт, жоден організм на Землі «не додумався» до створення штучних (!) умов для випробування емоцій страху. В Інтернеті надзвичайно багато реклами «екстрім-турів», схема подання якої, як правило, виглядає так: «Наша туристична компанія допоможе вам здолати власну слабкість, досягти свободи від комплексів. Гострі відчуття запускають унікальні процеси, які змивають з людини все лушпиння, роблячи її чистою. Цей стан називається “зустріч із самим собою”. Ризиковані переживання “перемотують плівку” життя у зворотний бік. У цьому і приховується ефект екстриму: спочатку страх – потім ейфорія. Від того, що побували “там”. Скажіть агресивності: “Прощай”. Подивіться на екстремалів зі стажем: не існує людей більш спокійних і врівноважених. Пережитими емоціями потім можна “живитися” – життя здається таким насиченим, а фарби – такими яскравими. Підвищіть самооцінку. Найбільш непоказні, оброслі комплексами тихоні, випробувавши нерви на міцність, зможуть набути впевненості в

собі». Нескладно побачити в таких опусах апеляцію до ціннісних орієнтирів особистості та її прагнення бути привабливою, успішною, впевненою в собі, довівши собі й оточуючим, що вона «не боїться». Часто, як стверджують самі екстремали, це основний мотив для участі в небезпечних пригодах.

Психологи не єдині у своїх думках, але більшість бачить в участі у подібних заняттях свого роду один з проектів «зачарування» страху шляхом свідомого «тренування» перед обличчям небезпеки. Зняття емоційної напруги у цьому випадку пов'язане з формою *гри*, а дослідження доводять, що такий спосіб оволодіння страхом є майже найдієвішим [375, с. 114–115].

У кінці ХХ – на початку ХХІ ст. гра стала головним принципом нової культури – культури переляканої людини. Як тенденція вона домінує в усіх сферах життя – політиці, економіці, мистецтві, науці, побуті. Сучасний постмодерний світ – це світ людини-гравця, заснований на мовних логічних конструкціях. Тут ніщо не гарантовано, а іноді саме гра – єдиний спосіб існування у світі абсурду і страху.

Сьогодні розроблено чимало дієвих методів боротьби зі страхом. Серед них слід виділити такі: *когнітивний метод, стороння допомога, психологічний захист, спеціальні методики*. Учені Боннського університету (Рейнського університету Фрідріха Вільгельма в Бонні) навіть почали випробовувати окситоцин («гормон любові»), щоб знизити в людей рівень страху (тривоги), і сподіваються згодом винайти на його основі «таблетки від страху» [358]. Але важливо зауважити, що від того чи іншого наявного в особистості конкретного різновиду страху залежить і метод боротьби чи позбавлення від страху.

4.4.1. Когнітивний метод і стороння допомога

Когнітивний метод для подолання страху використовує силу розуму й логіки. На думку швейцарського психолога і психотерапевта П. Дюбуа, це метод «впливу на світ пацієнта за допомогою переконливої діалектики». Він пропонує реалізувати такі основні принципи: 1) необхідність залишити будь-яке хвилювання щодо свого страху; 2) точне визначення предмета страху з

усвідомленням того, настільки він нерозумний і навіть безглуздий; 3) виявлення й подолання в собі через виховання недоліків характеру, які викликають страхи: боязнь хвороби, образливість, що є результатом самолюбства [409, с. 313–314].

Страх, вважає Ю. Щербатих, – емоція, яка викликана загрозою, що супроводжується станом невизначеності. Необхідно подолати цей стан. П. Симонов наголошує, що наша підсвідомість, сформована й вихована ще в кам'яному віці в суворих умовах боротьби за існування, не любить ризикувати. Якщо є хоч невелика загроза благополуччю організму, то відбувається автоматичне підключення реакції страху. Відповідь організму людини часто буває значно сильніша, ніж потенційна загроза, але природа, створюючи цей інстинкт, напевно, вважала, що для організму краще перестрахуватись, ніж пропустити сигнал про небезпеку і загинути [409, с. 317]. Свого часу відомий американський психолог, педагог, оратор-мотиватор, один з творців теорії спілкування Д. Карнегі (1888–1955) писав, що більша частина подій, яких ми боїмося, мають мало шансів на здійснення, і тому боятися їх безглуздо [147].

Щоб менше боятися будь-якого явища, потрібно хоч приблизно оцінити ймовірність настання небажаної події, і тоді виявиться, що шанси постраждати від неї зовсім мізерні. Наше хвилювання і страх будуть здаватися дріб'язком порівняно зі справді драматичними ситуаціями, які трапляються в житті. Не варто перебільшувати свої неприємності, навпаки, слід порівняти їх із справжніми трагедіями, яких дуже багато поруч з нами, і тоді стане зрозуміло, що ситуація не безнадійна [409, с. 319].

В. Джеймс радив примиритися з тим, що вже трапалося. Це перший крок до подолання наслідків будь-якого нещастя. Теж саме пропонував у своїх роботах Д. Карнегі. Його метод має три етапи: 1) на якийсь час потрібно відкинути страх і спокійно проаналізувати ситуацію. Подумки слід уявити найгірше, що могло б трапитися з нами за цих умов; 2) уявивши найгірше, що могло б статись, постаратися примиритися з ним у разі необхідності; 3) необхідно розслабитись, скинути зайву напругу і

присвятити весь свій час та енергію спробам покращення найгіршого свого становища, яке уявлялося.

Свідомість людини в будь-якій ситуації (навіть найнебезпечнішій) повинна завжди мати певну мету, спрямування на щось, і тоді, у результаті заповнення свідомості, страх поступово витісняється і зникає. Цей процес був неодноразово перевірений психологами і практичними філософами передусім у західних країнах, що, у свою чергу, дало змогу запропонувати своєрідну методику подолання страху, тривоги і хвилювання.

Людина часто може докоряти собі за те, що боїться, думаючи, що інші, перебуваючи в подібній ситуації, не відчували б страху. Але ми не самотні у своїх страхах: «багаті також плачуть», тобто «хоробрі також відчувають страх»! Тільки вони, по-перше, уміють його приховувати, а по-друге, уміють діяти, незважаючи на нього. І як тільки перелякана людина усвідомлює це, її стан, як правило, поліпшується» [409, с. 328].

Один із найвидатніших представників прагматизму В. Джеймс (1842–1910) зазначав, що чудовий дієвий спосіб повернути бадьорість, якщо вона втрачена, полягає в тому, щоб сидіти з бадьорим виглядом, діяти і говорити так, немовби ви вже наповнені бадьорістю. Він закликав: «Щоб відчувати себе сміливим, дійте так, ніби ви справді сміливі, напружуйте для цього всю свою волю, і напад страху, найімовірніше, зміниться приливом мужності» [147, с. 297]. Отже, потрібно поводитись так, немовби ви вже хоробрі, і страх зменшиться.

Англійський філософ та історик Т. Карлейль (1795–1881) слушно зауважив: «Наше головне завдання – не дивитися в туманну далину майбутнього, а діяти зараз, у напрямку, який нам видно». Це означає, що дуже часто нас переслідує страх перед майбутнім, точніше – нас лякають події, які можуть бути в ньому [409, с. 333]. Невиправдана, даремна трата енергії, душевні страждання, нервові хвилювання невідступно супроводжують людину, яка непокоїться про майбутнє. Тому слід звернути увагу на те, що ефективним засобом від такого хвилювання і страху – жити «тут» і «зараз», насолоджуючись теперішнім з надією на краще майбутнє. Бо, якщо наше майбутнє виявиться

таким, це означає, що ми все зробили правильно, якщо ж воно буде гіршим, то ми можемо пишатися тим, що в непродуктивному очікуванні його не зіпсували собі теперішнього.

Людині дуже важливою є не сама подія як така, а спосіб її інтерпретації. Уміння так переформулювати подію, щоб негативні емоції перетворилися на позитивні, називається *рефреймінгом* (ефектом заміни рамки). Майстром рефреймінгу був видатний американський психотерапевт-практик, спеціаліст у галузі медичного гіпнозу М. Еріксон (1901–1980), який плідно використовував його для позбавлення своїх пацієнтів від страху.

К. Ізард зазначає, що емоції фільтрують наше сприйняття. Щаслива людина сприймає світ через «рожеві окуляри», легко крокує життям, легко, здатна милуватися звичайним речам. Навпаки, стривожена чи перелякана, вона все сприймає в похмурих тонах і бачить загрозу й небезпеку там, де її немає і не може бути. Тож лише від самої людини залежить, як вона дивитиметься на світ – через брудне й мутне скельце відчаю і страху чи через ясний кришталі надії і щастя [409, с. 337]. Якщо ми не можемо не переживати емоцій, а викорінення небажаних почуттів – справа вельми не проста, то у нас є можливість заздалегідь засіяти поле нашої душі позитивними емоціями, і тоді чорне насіння страху не зможе прорости там, де панують радість, оптимізм і любов. *Почуття любові* є одним із головних дієвих засобів проти страху.

Деякі науковці [409] стверджують, що вельми ефективним засобом боротьби зі страхом і його подолання (якщо людина здатна до релігійного світосприйняття) може бути релігійна віра. Головне, на думку Ю. Щербатих, «знайти для себе підходящу віру (крім тоталітарних сект, сатанинських культів тощо)» [409, с. 339]. Тут багато залежить передусім від індивідуально-психологічних особливостей особистості. М'яким і комфортним краще підходить православне християнство, емоційним (навіть екзальтованим) і схильним до зовнішніх вражень – католицизм, а людям, що бажають самі прокладати дорогу в житті, – протестантизм. Дехто може прийняти мусульманство і знайти відвагу в Корані, а хтось боротися зі страхами за допомогою

буддистського віровчення тощо. Основне тут – «щоб не було релігійного фанатизму і бажання приклеювати на інших людей ярлик єретика» [409, с. 339]. Якщо особа сама не здатна подолати страх, то непогано, коли вона залучає для цього віру, яка наповнює душу, витісняючи звідти страхи. Поділяємо думку Ф. Рімана [296] про те, що магія, наука, релігія докладають чимало зусиль для боротьби зі страхом. Але, крім них, є багато й інших емоційних станів, які можуть витіснити страх чи не допустити його поглиблення. Це почуття гумору, зацікавлення, злості, співчуття тощо.

Для боротьби зі страхом застосовується методика *сторонньої допомоги*. Д. Карнегі у книзі «Як виробити впевненість у собі і впливати на людей, виступаючи публічно» (яка, до речі, належить до незвичного для нас жанру «повчань») пише, що страх є наслідком невпевненості, а невпевненість, на його думку, випливає з незнання того, на що здатна людина. У свою чергу, це незнання – результат нестачі досвіду. Тому, щоб подолати страх, необхідно отримати відповідний досвід шляхом набуття належної практики [147, с. 298].

Надзвичайно важливу роль у подоланні страху й тривоги має підбадьорювання (підтримка) у тяжкі хвилини життя з боку іншої людини, особливо, якщо така людина є певним авторитетом для того, хто переживає страх (Проте буває й так, що в надзвичайно критичні хвилини навіть стороння допомога не може надати багато сміливості; у цьому випадку може прислужитися особистий приклад іншої людини).

Коли страх перед небезпекою виявляється настільки сильним, то здається, що він нездоланний. Відтак спрацьовує інстинкт самозбереження, і тоді видається, що неможливо змусити людину до якогось учинку, особливо якщо виконання його пов'язане з ризиком для життя. Однак наша свідомість улаштована так, що в кожній конкретній ситуації вона намагається обрати найбільш оптимальну лінію поведінки. «Предмет чи явище розцінюється нашим мозком як небезпечний до того часу, доки поруч не з'являється щось інше, ще більш сильне джерело загрози» [409, с. 346]. Тоді попередня небезпека буде видава-

тися навіть привабливою. Саме на цьому й ґрунтується метод боротьби з боягузством, де діє принцип «клин клином вибивають».

4.4.2. Використання психологічного захисту, спеціальних методик та психоаналізу для подолання страху

Організм намагається звести страх як негативний стан до мінімуму. Для цього людська підсвідомість вмикає свої механізми психологічного захисту. Як відомо, підсвідомі *захисні механізми* «регулюють переживання, експресію та поведінку» [103, с. 18], підтримують цілісність особистості і рівень її самооцінки [409, с. 349].

Організм намагається звести страх як негативний стан до мінімуму. Для цього людська підсвідомість вмикає свої механізми психологічного захисту. Як відомо, підсвідомі захисні механізми «регулюють переживання, експресію та поведінку» [103, с. 18], підтримують цілісність особистості і рівень її самооцінки [409, с. 349]. Крім того, Р. Плутчик тлумачить захисні механізми як «послідовне викривлення когнітивної та емоційної складників образу реальної ситуації з метою зменшення емоційного напруження, яке загрожує індивідові у випадку повного та адекватного відображення реальності» [299, с. 14].

Учені вказують, що на сьогодні відомо від 15 (А. Фрейд) до 23 (С. Фрейзер) форм психологічного захисту [104, с. 35]. Найвідоміші психологічні механізми захисту – втеча, ідентифікація, проекція, заміщення, заперечення, витіснення, субституція, реактивне утворення, раціоналізація, включення, відчуження, регресія, ізоляція, сублімація, компенсація, конформізм, конверсія тощо. Пропонуємо їх коротку характеристику.

Дуже поширеним і найпростішим з усіх можливих захисним механізмом (особливо в маленьких дітей) є *втеча*. Якщо ситуація здається занадто тяжкою, індивід просто втікає від неї, фізично чи мисленнєво.

Ідентифікація (інтроекція) є більш позитивним механізмом захисту, ніж втеча. Вона являє собою інкорпорування цінностей, установок і поглядів інших людей. Слід сказати, що діти

переймають установки таких могутніх в їхніх очах людей, як їхні батьки, щоб стати схожими на них, тобто більш привабливими, сильними і визнаними.

Коли «індивідуум приписує іншим свої власні неприйнятні бажання» [391, с. 155] і цим самим викривляє дійсність, він використовує захисний механізм, що називається *проекцією*.

Підміна справжнього джерела страху чи гніву чимось чи кимось іншим – це *заміщення*. Коли індивіду не вдається виконати дію, необхідну для досягнення певної мети, він іноді може робити будь-який безглуздий рух, що дає бодай якусь розрядку напруги. В Японії діє балаганчик «Відведи душу» (щось подібне є зараз і в інших країнах), де відвідувач входить у темне приміщення, відгороджене від вулиці фіранкою, одержує декілька простих тарілок, б'є їх по одній і виходить із приміщення, розряджаючи таким чином свій накопичений страх (напругу)

Відмова визнати, що якась ситуація або якісь події мають місце, називається *запереченням*. При цьому «інформація, яка тривожить і може призвести до конфлікту, не сприймається» [84].

Витіснення (репресія) являє собою несвідомий акт стирання страшної події чи обставини в тій частині пам'яті, до якої в людини є свідомий доступ. Немає необхідності застосовувати фантазію, оскільки людина справді не пам'ятає, що ця подія колись відбулася. Травмуюча інформація при цьому майже повністю витісняється з пам'яті. Даний захист – універсальний спосіб позбавлення від внутрішнього конфлікту.

Субституція – підсвідома підміна недосяжної і неприйнятної цілі іншою, більш досяжною і прийнятною [409, с. 351]. Іноді психологічний захист може приймати форму гіперкомпенсації – жадання успіху саме в тій сфері, де відчувається особиста неповноцінність [409, с. 352].

Коли люди застосовують такий захист, як *реактивне утворення*, то вони знижують рівень тривоги і страху «шляхом пригнічення одних імпульсів та почуттів і посилення імпульсів та почуттів протилежного значення» [391, с. 156].

Псевдорозумне пояснення індивідом своїх бажань, вчинків у дійсності викликане причинами, визнання яких загрожувало б втратою самоповаги – це *раціоналізація*. Тобто цей механізм дозволяє людині «знаходити правдоподібне виправдання своїх невдач» [391, с. 154]. Переживаючи страх чи тривогу, вона може захищати себе від руйнівного наслідку тим, що переоцінює значущість травмуючого чинника у бік його пониження (так званий феномен «кислого винограду» (відомий із байки Езопа «Лисиця і виноград») та феномен «солодкого лимона» (де відбувається не стільки дискредитація недосяжного для індивіда об'єкта, скільки перебільшується цінність наявного).

Досить близьким до раціоналізації є *включення*. Цей механізм захисту також переоцінює значущість травмуючого чинника. Для цього використовується нова глобальна система цінностей, куди попередня входить як частина. Прикладом захисту за типом включення може бути катарсис (очищення – полегшення внутрішнього конфлікту індивіда, який виник у результаті дії страху, при співпереживанні).

Відчуження (або ізоляція) припускає відособлення (відокремлення) усередині свідомості травмуючих людину факторів. При цьому доступ у свідомість для неприємних емоцій блокується, так що зв'язок між якоюсь подією та її емоційним забарвленням не відображається у свідомості.

У певних обставинах індивід може повертатися до більш ранніх форм поведінки, які не відповідають його віку. Він використовує механізм захисту, що називається *регресією*. Регресія – подолання тривожної ситуації шляхом повернення до більш ранньої і незрілої поведінки, тобто це перехід на інфантильний (дитячий) рівень поведінки і мислення як способу захисту від життєвих негараздів.

Сублімація – це перетворення (перемикання) імпульсів, соціально небажаних у даній ситуації (тривоги, страху, агресивності, сексуальної енергії), на соціально прийнятні для індивіда і суспільства форми активності (культура, наука, релігія, спорт, кар'єрний ріст тощо).

Для того, щоб подолати реальні чи уявні недоліки (страх, тривогу, самотність тощо) людина несвідомо використовує *компенсацію*. Цей механізм захисту буває як соціально прийнятним, так і соціально неприйнятним. Оскільки кожен індивід потребує досягнути певного соціального статусу, то компенсаторна поведінка є універсальною.

Конформізм (соціальна мімікрія) застосовується для того щоб захистити себе від страху, тривоги та іншої небезпеки. При цьому індивід намагається діяти за принципом «бути як всі» і таким чином на певний час задовольняє потребу в безпеці.

Важливо ще раз акцентувати на тому, що тривала дія психологічного захисту рано чи пізно спричинить гіперкомпенсацію (на це ми звертали певну увагу в третьому розділі, коли аналізували дитячі страхи), яка може призвести до серйозних ускладнень у розвитку особистості. Гіперкомпенсація свідчить про те, що захисні механізми з помічників-оборонців, які підтримують внутрішній світ людини в певній гармонії із зовнішнім світом за рахунок внутрішніх перебудов, що призводять до усунення із сприйняття і пам'яті конфліктної і травмуючої інформації [84, с. 283], перетворюються на перепони, які потім доведеться долати. Тому потрібно вчасно виявити дію (втручання) того чи іншого захисного механізму. Його вплив на особистість може проявлятися, коли «людина відхилилася від обраного шляху або, зіткнувшись зі звичною ситуацією, поводить в ній інакше, ніж раніше» [84, с. 283].

Якщо встановлено, що поведінка індивіда деформована дією захисту, то важливо при цьому не нашкодити. Тому не потрібно людині дорікати (це деморалізує, вселяє невпевненість у своїх силах); жорстко критикувати (що лише сприятиме активізації дії психологічного захисту); вказувати безпосередньо на невдалі форми поведінки (індивід буде відчувати велику образу); чинити з негідним так, як він цього заслуговує (можна зіпсувати його ще більше). Під час корекції поведінки потрібно: щиро підтримати людину (похвалити, підняти її у власних очах і в думках оточення); використовувати метод Сократа (спочатку стати на неправильну точку зору, разом зі співрозмовником, що помиля-

ється, виявити й обговорити позитивні моменти і на цій підставі оголосити себе союзником тепер уже спільної точки зору; спілкуючись із ним дружньо далі, зважаючи всі «за» і «проти», перейти на правильну точку зору); поради і рекомендації подавати в незавершеному вигляді (особливо при високому культурному й освітньому статусі співрозмовника); говорячи про невдачі форми поведінки, краще вказувати не на них безпосередньо, а на свої відчуття і переживання; розібратися, чи відноситься індивід невдачі на рахунок своїх слабких здібностей або нестачі витрачених зусиль; щадити самолюбство співрозмовника.

Для боротьби зі страхом у філософії та психології використовують і *спеціальні методики*. Достатньо ефективними в цьому плані є автогенне тренування і нейролінгвістичне програмування (НЛП). Засоби самонавіювання відомі ще з часів стародавнього світу. Вони успішно застосовувалися в культовій обрядовості жерців Давнього Сходу, у різноманітних філософських та релігійних системах, були компонентами багатьох магічних обрядів. Самонавіювання здатне впливати на вегетативні й психічні процеси в організмі, у тому числі й на ті, що не піддаються довільній свідомій регуляції. Учені ще цілком не з'ясували, як це відбувається в організмі. Частково свідомий вплив людини на стан свого організму можна пояснити, використовуючи «периферичну теорію емоцій» Джеймса-Ланге. Згідно з нею, кожному фізіологічному стану організму більш чи менш жорстко відповідає стан свідомості. Із парадоксального твердження В. Джеймса «ми сміємося не тому, що нам весело, а нам весело тому, що ми сміємося» випливає підтверджений на практиці висновок. Якщо зусиллями волі змінити, по-перше, характер збудження скелетних м'язів, зробивши його відповідним іншій емоції, а по-друге, свої думки, зробивши припущення, що потрібна емоція вже є в організмі, то ймовірність виникнення потрібної емоції різко підвищується [409, с. 352].

Автогенне тренування може неабияк допомогти людині, котра відчуває страх. За його допомогою можна зменшити напругу, послабити тривогу і страх, наприклад, перед оперативним втручанням. Свого часу радянський дослідник О. Ромен

учив людей довільно викликати в себе нечутливість до болю. При цьому «після місяця занять усі, хто проходив випробування, навчилися значно послаблювати больові відчуття, а третина з них опанувала мистецтво повністю позбавлятися болю» [409, с.355]. Автотренінг особливо плідний при наявності легких форм страху чи у випадку, коли страхи виникли зовсім недавно. А от складні нав'язливі страхи, що тривають багато років, майже не можливо подолати за допомогою автогенного тренування. У цьому разі вдається лише знизити рівень напруги і тривоги.

Методика нейролінгвістичного програмування (НЛП) була розроблена на початку 1970-х років американськими вченими Р. Бендлером і Дж. Гріндером. Вони уважно вивчили методи всесвітньовідомих психотерапевтів Ф. Перлза (одного із засновників гештальт-терапії), В. Сатир (беззаперечного знавця у сфері сімейної терапії) та М. Еріксона (видатного психотерапевта – майстра гіпнозу). Визнавши унікальність кожного із згаданих майстрів своєї справи, Р. Бендлер і Дж. Гріндер виявили в них спільні засоби які дозволяють коротким шляхом досягати гарних результатів. «Поєднавши ці засоби з власними розробками у сфері лінгвістики та додавши найбільш ефективні методики з інших напрямків психотерапевтичної практики, вони створили новий напрямок – нейролінгвістичне програмування. Не всі теоретичні положення в НЛП витримують наукову критику, але розроблені вченими практичні методи даної методики “працюють” успішно, а саме при подоланні страхів, тривоги, хвилювання тощо» [409, с. 361]. «Якір» – термін, який дуже часто зустрічається в НЛП. Це умовний подразник, який колись один чи кілька разів поєднувався з важливою для людини подією і викликав той чи інший стан. Після вироблення і закріплення умовного рефлексу поява «якоря» автоматично призводить до повторного виникнення аналогічного стану. «Страх – це навчання з першої спроби», – нагадують психологи. Це означає, що під час великого емоційного потрясіння, що супроводжує сильний страх, будь-який попередній сигнал автоматично стане «якорем» і викликатиме відповідні переживання. Наприклад, якщо людині стало погано з серцем, коли вона зайшла в кабінку

ліфта, або жінка, яка пережила сексуальне насилля в темному під'їзді, то в першому випадку з великою ймовірністю виникне клаустрофобія, а в другому – нав'язливий страх темряви. Таким чином, деякі сигнали щоразу можуть викликати у нас негативні емоції. Звичайно, у цьому немає особливої радості, але не потрібно забувати, що існують і «позитивні якорі». У житті кожної людини було багато моментів, коли вона відчувала сильні позитивні емоції: упевненість, радість, безстрашність тощо. Тож «за допомогою нейролінгвістичного програмування можливо, використовуючи “позитивні якорі”, за власним бажанням викликати ці стани в потрібний час»[409, с. 363].

Усмішка, вважають адепти *психоаналізу*, – надзвичайно важливий засіб у спілкуванні, який може запобігти виникненню страху. Вона часто несе в собі неабияку інформацію про довіру, взаєморозуміння, любов тощо. Побачивши теплу, дружню усмішку, ми розслабляємося, знімаємо напругу, а також відчуваємо потребу зробити «хід у відповідь» – усміхнутися. Тому слід виконувати поради практичної філософії і психології. Протягом дня, дивлячись у дзеркало, потрібно посміхатися своєму відображенню, навіть милуватися собою. Необхідно пригадувати радісні й умиротворені стани, моменти щастя і радості. Важливо зафіксувати відображення усмішки у своїй свідомості. Треба уявити, що вона стає джерелом енергії любові, радості, визнання, щастя. Бажано зберігати у своєму блокноті, гаманці чи записній книжці фотографію (фотографії), на якій ви зображені в світлому й радісному стані. У хвилини переживання страху чи іншої негативної емоції потрібно брати таке фото і дивитися на нього. Усмішка з фотографії може перейти до нас і нагадує про почуття щастя, спокою тощо [275, с. 541].

Треба частіше усміхатися людям довкола себе, навіть тоді, коли на це немає причин. Є чимало технологій «одержання» усмішки. Використати можна таку. Спочатку необхідно розслабити м'язи обличчя, відчути точку міжбрів'я (т. зв. ефект «третього ока»). Далі важливо уявити і відчути, як енергія з образу, що усміхається, починає перетікати через «третє око» у ваше тіло, нехай вона наповнить усі клітинки тіла й органи.

Щоб наповнити серце енергією усмішки, потрібно скласти долоні перед грудьми, притиснути великі пальці до середини грудей і так, як у попередній вправі, втягнути енергію і спрямувати її в серце. Слід витратити певну кількість часу, щоб відчувати, як серце переповнює енергія гармонії, радості, щастя і спокою. Важливо пригадати сильні переживання, наприклад, про чисту і піднесену любов. Необхідно спрямовувати усмішки і радість своєму серцю доти, доки воно не усміхнеться у відповідь.

Кожна людина має «постійно нагадувати собі про необхідність усмішки. Це один із кращих засобів як від страхів, так і від внутрішніх стресів, напруги, проблем у стосунках» [275, с. 542]. Опанувавши цю технологію (техніку), можна досконало перетворювати страх на безстрашність. Усмішка, яку ми посилаємо всередину себе, допомагає відчувати самоповагу і полюбити себе.

Страх забирає багато життєвоважливої енергії. Кожній людині властива така особливість, що має хвилеподібний ефект: чим вище верхня точка, якої досягає хвиля, тим нижче вона впаде. Тож чим вищим буде сплеск позитивних емоцій, тим нижчим буде падіння. І людина буде відчувати емоційний спад доти, доки не відновиться [275, с. 543].

Одним із способів урівноважити психологічний стан, енергетичний фон людини є особлива технологія, що отримала в різних вченнях назву «усмішка Будди», «містична усмішка». Це варіант «усмішки енергії», своєрідної «напівусмішки».

Сила «напівусмішки» дозволить нам перебувати в стані певної умиротвореності. У ситуації страху (і в будь-якій іншій) «напівусмішка» не дасть змоги «впасти» у гнів і роздратування, збереже сили й енергію. Ми зможемо реально оцінити ситуацію і спокійно діяти.

Методика «напівусмішки» така. Необхідно розслабитись, звільнитися від зайвих думок, заспокоїти розум і заспокоїтись самим. Далі слід розслабити м'язи обличчя, уявити, що вони наповнюються теплом і вагою, втративши напругу і пружність, немовби стікають униз у приємній знеможі. Важливо уявити, як наші губи легко розтуляються, створюючи легку, майже непомітну усмішку. Приблизно так виглядає усмішка, яка ще не

сформувалась остаточно. Якщо ми виконуємо цю вправу перед дзеркалом, потрібно зафіксувати усмішку у своїй свідомості.

Необхідно запам'ятати те, як виникає почуття спокою, тихої радості, відчуття внутрішнього блаженства. У стані страху, щоб не втратити свою енергію і не довести себе до депресії і зневіри, потрібно відразу ж викликати у себе на обличчі «напівусмішку». Усмішка застосовується для протидії негативним емоціям, а «напівусмішка» – для стабілізації емоційного фону [275, с. 544].

Відзначимо ще один нюанс «напівусмішки». Люди, котрі відвідували буддистські храми, помітили цікаву особливість. Особа, дивлячись на статую Будди, на його спокійне, неемоційне обличчя з легкою посмішкою, починає приписувати їй свій стан. Якщо людина радісна, Будда усміхається їй. Злому й похмурому паломникові здається, що статуя дивиться на неї владно й грізно. Справа в тім, що «напівусмішка» надає обличчю нейтрального вигляду, воно не має емоцій і нагадує чистий аркуш; тому людина на підсвідомому рівні приписує обличчю власні глибинні емоції і переживання – бадьорість чи осуд [275, с. 545].

Отже, усмішка дає людині чудову можливість відвернути страх, зняти напругу, розслабитися, а напівусмішка дозволить індивіду, який перебуває в стані страху, зберегти сили, не втратити енергію і не довести себе до депресії.

4.5. Позитивне й негативне значення страху для людини

Відомо, що страх (емоція страху) виник у процесі еволюції з метою захисту організму людини від різноманітних небезпек первісного життя. Потім, коли людина докорінно змінила природу і влаштувала біля себе нове середовище проживання (техногенне і соціальне), первинна реакція страху почала давати збої і призводити до неприємностей. Однак досі страх є важливим для людини. Ю. Щербатих цілком доречно зауважує, що його «можна розглядати з кількох позицій – позитивної й негативної (тобто приносить людині користь і шкоду)» [409, с. 166].

Ще давньогрецький мудрець Аристотель у IV ст. до н. е. звернув увагу на позитивне значення страху. Філософ говорив

про його мобілізаційну функцію, яка слугує захисту цілісності особистості. Аристотель вважав, що страх може виховувати індивіда, «проходячи через раціональний та емоційний канали сприйняття ситуації страху при умові формування відповідної установки, систем протидії конкретним загрозливим явищам і об'єктам, причинам страху» [68, с. 142].

Сучасні дослідники також надають важливу роль мобілізаційній функції означеного феномена. Вони зауважують, що «страх мобілізує сили людини для активної діяльності, що часто буває необхідним у критичній ситуації. Це здійснюється за рахунок викидання адреналіну в кров, що покращує постачання м'язів киснем і поживними речовинами, що дозволяє їм розвивати велику міць» [409, с. 167]. Норвезький філософ, дослідник страху Л. Свендсен також цілком доречно вказує на позитивну мобілізаційну функцію страху. На думку вченого, «страх призводить нас до стану готовності, і таким чином, виручає нас у разі виникнення небезпеки чи то й взагалі запобігає небажаній ситуації» [311, с. 41]. Страх є, по суті, одним із проявів інстинкту самозбереження, його реалізацією. Він допомагає людині вижити. Слід зазначити, що страх спонукає до різкого зростання фізичної сили, підсилює чіткість і ясність людської думки. В екстраординарній ситуації страху особа здатна на такі вчинки, які були б не можливими у звичайній, ординарній. Недаремно народна мудрість говорить: «У страху очі великі».

Завдяки страху індивід краще запам'ятовує небезпечні чи несприятливі події (уперше це довів американський учений-психолог Д. Міллер (1920–2012)). Тобто він активізує роботу пам'яті і робить її сліди особливо міцними. Так, дитина, яка опеклася одного разу біля відкритого вогню, дуже довго пам'ятає про цей випадок (передусім це довгостроково зберігається в глибинах її емоційної пам'яті). Але є немало факторів, що не вкладаються в гіпотезу про «стимульовальну» роль страху для запам'ятовування неприємних чи небезпечних для організму подій. Це випадки відомого в психології і філософії психологічного захисту (описані в роботах А. Фрейд, Н. Мак-Вільямс, Д. Вейланта та ін.), коли страшні події витісняються зі свідомос-

ті і замість запам'ятовування простежується штучне забування травмуючих спогадів через їх перехід у сферу несвідомого. Науковці аргументовано наголошують, що «витіснений із свідомості страх не зникає зовсім, він лише “занурюється” в глибини підсвідомості, впливаючи звідти вночі у снах чи вдень, у певних обставинах, якимось пов'язаних з тією ситуацією, коли цей страх виник уперше» [409, с. 169].

Страх дає можливість особі діяти в умовах нестачі інформації, коли її недостатньо для прийняття всебічно зваженого рішення. Мозок людини часто не може зорієнтуватись, що йому робити в надзвичайно складній, критичній ситуації, а розум у цей час не має продуманого і перевіреного логікою рецепта, то організм відразу ж підключає ресурси інстинктів і емоцій. Таким чином у дію вступає страх (коли бракує відомостей, необхідних для захисту). Він диктує свою стратегію. Під тиском страху відбувається загострення всіх органів відчуття, а це дає змогу людині передчувати навіть мізерні ознаки небезпеки. Такі випадки переконливо описує у своїй книзі «Психопатологія неврозів» відомий польський психолог і філософ А. Кемпінські. «Іноді в деяких людей можна спостерігати здатність передбачати небезпеку, що загрожує: у картині дійсності немає нічого, що б могло на неї вказувати, а, тим не менше, з'являється занепокоєння, яке супроводжує вві сні або наяву картини наближення нещастя. Ці явища належать парапсихології. Досі невідомо, якою мірою людина може йти вперед у навколишньому їй чотиривимірному просторі, тобто бачити своє майбутнє. Крім того, підпорогові подразники, що не проникають у свідомість, можуть сигналізувати про небезпеку. Судячи з поведінки тварин, можна неодноразово передбачити майбутні землетруси, затемнення сонця, сувору зиму, а, отже, загрозові ситуації» [151].

Страх регулює притаманну людині агресивну поведінку, уможливаючи при цьому утвердження соціального порядку. З давніх-давен відомо, що поведінка людини, як і будь-якої іншої живої істоти, регулюється позитивним і негативним підкріпленням (так званий метод «батога і пряника»). Відомо ж бо, що «страх перед покаранням стримує прояви певної біологічної

агресії, а також утримує багатьох громадян у рамках закону» [409, с. 167]. Саме на такому аспекті страху – страху перед покаранням наголошувала китайська філософська школа фа-цзя (легізм), яка сформувалась у Китаї в VI–II ст. до н. е. Люди будуть боятися невідворотного, жорстокого покарання, а тому і не порушуватимуть законів, адже легісти вважали, що не мораль і ритуал (на відміну від конфуціанців) є головним складником суспільства, а закони, які винайшли (чи придумали) люди, насамперед, для об'єднання самих себе в цілісній державі. Виявляється, що й тепер страх перед покаранням є основною стримувальною силою для осіб, які мають намір завдати шкоди чужому майну або здоров'ю.

Важливо знати, що коли особистість буде прагнути долати страх, то в неї з'явиться чудова можливість самовдосконалюватись. Тож «якщо ми наш болісний страх будемо розуміти так само, як вказівку на необхідність пошуку помилок у власній поведінці чи як боязнь вимог життя, внаслідок яких ми наважуємося на новий крок у своєму розвитку, ми повинні прийняти і зрозуміти його як запрошення до виходу на новий ступінь нашого розвитку, як заклик до нової свободи і, разом з тим, до нового порядку і нової відповідальності. У цьому сенсі ми повинні розглядати страх в його позитивному, творчому аспекті, як ініціатора змін» [409, с. 171].

Дослідники вказують на те, що негативне значення страху проявляється більш широко й різнобічно, ніж позитивне. Надмірний (позамежовий) і тривалий стан страху є небезпечним для індивіда, бо може тримати його в постійній напрузі, породжувати невпевненість у собі і не дозволяти реалізуватися повною мірою. Страх сковує активність людини, а в яскраво виражених випадках буквально паралізує її; під час тривалої дії страху в організмі можуть виникати і розвиватися різноманітні (як фізичні, так і психічні) захворювання.

Висновки до розділу 4

1. Страх має безпосереднє відношення до релігії. Релігія як антропологічний феномен виникає 40–20 тис. років до н. е. завдячуючи страху (на що вказують психологічні чинники). Люди

були безсилями перед природними стихіями і незрозумілими суспільними проблемами, що, у свою чергу викликало постійну психологічну напругу, яка виражалася в страху. Перші (первісні) релігійні вірування (тотемізм, фетишизм, магія, анімізм та ін.) почали впорядковувати життя людей, зважаючи на величезну кількість страхів. Ще в Античності з'явилися теорії страху, які зафіксували думки про страх як причину виникнення релігії (філософські концепції Демокріта, Епікура, Лукреція Кара). Їх продовжили французькі філософи-вільнодумці – П. Гольбах, Д. Дідро, К. Гельвецій, Ж. Мельє та ін. Пізніше подібні точки зору постали і в некласичній філософії (передусім в екзистенціалізмі).

Релігійний страх – не що інше, як страх перед богом, божествами, духами, божественним покаранням, муками тощо. Християни вважають, що страх є результатом гріхопадіння, тобто ганебного вчинку перших людей – Адама та Єви, які порушили Божу заповідь, з'ївши заборонений плід із дерева пізнання добра і зла. Але в цьому віровченні існує поняття «страх Божий» (страх, народжений повагою, любов'ю до Бога), яке належить до однієї з найбільших чеснот християн. Подібне є і в adeptів ісламу: вони бояться розгнівати Бога (Аллаха), бо за такий учинок їх чекають нестерпні муки пекла. Із страхами в християнстві тісно пов'язані смертні гріхи – гординя, користолобство, марнославство, хтивість, заздрість, нечистота, лінивість, зневіра, обжерливість, нестриманість. Крім позитивного страху (страху Божого), християнське віровчення визнає і плотський страх (або тілесний, диявольський). З плотським страхом правовірні можуть успішно боротися, визнавши існування його в себе, а потім за допомогою церкви, Слова Божого і молитви позбутися залежності від страху та здобути любов і спокій.

2. Хоробрість протилежна страху, але вона не відкидає існування страху, а визнає його. На сміливі вчинки людину часто спонукають багато факторів, серед них: моральний обов'язок перед іншими людьми, відчай, особиста зацікавленість, любов, дружба, порядність, взаємодопомога, справедливість тощо. Виділяються такі види хоробрості, як: хоробрість

емоційного пориву, хоробрість безнадійності, хоробрість переконання, професійна хоробрість, видима хоробрість.

3. Існують так звані чоловічі та жіночі страхи, а також стереотипи щодо цього, які залежать від культурного середовища (регіонів, країн тощо). Якщо чоловік боїться, то його легко можуть звинуватити в боягузтві, тобто в певних спільнотах на страх чоловіка накладається табу. Суттєвими маскулініними ознаками визнаються: сміливість, агресивність, рішучість, сила, лідерство та ін. Натомість у деяких спільнотах жінці навіть потрібно боятися, бо це засвідчує її жіночність. Фемінними ознаками тут вважають ніжність, м'якість, терпимість, жалісливість, уникнення конфліктів тощо. У страху частіше жіноче обличчя, ніж чоловіче, можливо, ще й тому, що в них (жінок) значно більше гормону естрогену, який дуже швидко знімає агресію, яка виробляється іншим гормоном – тестостероном, який більшою мірою властивий чоловікам.

4. У мові хоробрість має багато синонімів, серед яких поширеними є: сміливість, мужність, героїзм, відвага, безстрашність. Усі вони пов'язані з вольовими якостями особистості, які часто проявляються в ситуації небезпеки. Сміливість – це вміння перемогти страх і йти на виправданий ризик. Мужність – здатність діяти рішуче й доцільно у складній чи небезпечній обстановці, переборювати страх і невпевненість. Героїзмом є поведінка, пов'язана із самопожертвою, коли людина у виняткових обставинах робить вибір на користь інших. Безстрашність – заперечення страху, коли людині це відчуття вже знайоме і вона знаходить шляхи, щоб його позбутися. Відвага розглядається як вольова, соціальна якість, коли особистість досягає передусім суспільно значущої цілі і керується при подоланні страху почуттям обов'язку, яке пов'язане з її переконаннями, світоглядом. Щоб перемогти страх, потрібна хоробрість, яку людина має формувати в собі (виховання впевненості та віри у свої сили). Завдяки хоробрості можна мінімізувати і приборкати страх.

5. Кооперація означає співробітництво. Про кооперацію слід говорити як про гуртування і співпрацю людей у будь-якій сфері суспільного життя. Вона виникає ще в первісному суспільстві.

Тоді людина мала постійно боротися за своє існування. У протистоянні загрозам довколишнього світу в неї з'явився стійкий страх перед небуттям. Щоб жити, діяти і розвиватися, потрібно було забезпечити власне життя. Відтак страх самозбереження спонукав людей до спільної групової діяльності, кооперативності.

Кооперація як гуртування, співпраця, форма організації праці чи сукупність специфічних громадсько-господарських об'єднань людей (кооперативів) повинна дотримуватись основних принципів (цінностей) – взаємодопомога, демократія, справедливність, рівність, чесність, взаємна відповідальність, солідарність, відкритість, соціальна відповідальність і турбота про інших. Вона є чудовим засобом подолання страху, за умови дотримання кооперативних цінностей.

6. Езотеричні вчення Сходу (передусім Індії) переконують, що страху може успішно протистояти внутрішній спокій індивіда, а не хоробрість. Обґрунтована ними медитативна методика пропонує людині ідентифікуватися зі страхом, повністю відчутти його. Після цього емоційна напруга спаде, а страх зменшиться чи повністю зникне.

7. Одним із тисячолітніх механізмів подолання страху є ритуал (коли індивід діє «за схемою», знаючи матрицю своєї поведінки і таким чином відчувається захищеним). У ритуалі в символічній формі фіксується і поширюється певна система цінностей. Він дозволяє виявити такі особистісні цінності, які пересилують страх і примушують діяти наперекір йому.

8. Одним із методів позбавлення від страху є обезцінювання об'єкта страху. Висміювання – один із варіантів обезцінювання об'єкта.

9. Ігнорування також виступає дієвим способом подолання страху. Крайніми варіантами ігнорування є апатія (настає в періоди соціальної демобілізації, коли люди вважають, що від них нічого не залежить і вони нічого не можуть зробити, навіть якщо переконані в негативному перебігу подій) та ескапізм (прагнення особистості втекти від дійсності у світ ілюзій, фантазій).

10. Когнітивний метод додання страху використовує силу розуму і логіки. Він передбачає: точне визначення предмета страху; виявлення й подолання в собі недоліків характеру, які спричиняють страхи; необхідність позбутися будь-якого хвилювання щодо свого страху.

11. Організм людини намагається звести страх до мінімуму, оскільки страх – негативна емоція. Для цього підсвідомість особистості включає захисні механізми, які підтримують цілісність особистості, рівень її самооцінки і зменшують емоційну напругу. Найвідоміші механізми – утеча, ідентифікація, проекція, заміщення, заперечення, витіснення, раціоналізація, регресія, ізоляція, сублимація, компенсація, конформізм, конверсія тощо.

12. Для боротьби зі страхом використовуються і спеціальні методики (автогенне тренування (самонавіювання), нейролінгвістичне програмування (НЛП) та ін.). Самонавіювання здатне впливати на вегетативні й психічні процеси в організмі, у тому числі й на ті, що не піддаються довільній свідомій регуляції. Автотренінг особливо ефективний за наявності легких страхів. Практичні методи НЛП «працюють» досить успішно для подолання не лише страху, а й тривоги, хвилювання тощо.

ВИСНОВКИ

Страх є тим феноменом, який існує стільки, скільки люди пам'ятають себе. Це сутнісний екзистенціаль людського буття та обов'язкова умова екзистенційної напруги, що виникає як антипод та умова мужності; як покірне прийняття, принциповий несупротив; як «початок мудрості» (у християнстві – страх Божий); як початок пізнання «абсолютної» істини тощо.

Труднощі наукового осмислення проблеми страху починаються вже від спроби визначення поняття «страх» та його інтерпретації. Сьогодні його тлумачать як відчуття, почуття, емоцію, пристрасть, афект, процес розуму, фрустрацію, сигнал попередження, екзистенціаль тощо. З огляду на результати новітніх досліджень ми розглядаємо страх як стан, що виражає невпевненість у пошуках надійності, зумовлений дійсною або уявною загрозою біологічному чи соціальному існуванню і благополуччю людини, забезпечуючи при цьому, на певний час, самозбереження індивіда.

Страх є онтологічною характеристикою людини. Це виявляється у ставленні людини до буття та його бінарної протилежності – небуття. Усе те, що пов'язане з часом, існуванням, становленням та зникненням, – це буття. Небуття особи найбільш виразно представлене в принципі скінченності. Він закладений у самій структурі людської свідомості, власне, перебуває в центрі особистого існування. Головним критерієм скінченності виступає тимчасовий характер існування людини. Страх – це одна із сутнісних ознак непростого ставлення індивіда до навколишнього буття.

В Античності страх постає як «домашній» екзистенціаль і не претендує на трансцендентне буття. Один з найвидатніших мислителів стародавнього світу Платон розглядає його у двох формах: 1) страх «природний» (страх майбутніх утрат, тобто страх перед Аїдом); 2) соціальний страх (сором) як боязнь безчестя, страх чужої думки, божественний страх закону.

В епоху Середньовіччя особливо яскраво виокремлюється страх Божий – поєдинок, боротьба двох страхів (чи різновидів

двох страхів) за умови перемоги «творчого» страху. Страх Божий – це передусім страх, перетворений любов'ю до Бога («як справжньою любов'ю»), тобто благоговіння – сакральна трансформація в нерозривну єдність двох протилежностей почуття жаху перед безоднею загрозового буття і жаги досконалості, щастя, одержання спокою для душі.

Доба Відродження успадкувала від Античності страх перед безоднею (передусім морською), з усією гамою його негативних нюансів (оскільки морська безодня приховувала і чудовиськ, і демонів, і сатану, море було екзистенційним вузлом страху, смерті, безумства, ірраціональною безоднею). Страх моря нерозривно переплітається з іншими страхами – самотності, неприродних станів, безумства, дивовижності, вкоріненості Чужого, Іншого в людську оболонку.

У Новий час представник німецької класичної філософії Г. Гегель започаткував філософський розгляд страху. Він зробив перші зауваження, пов'язані з сучасною проблематикою страху (ідеться про одне цікаве місце з «Феноменології духу», в якому філософ показує діалектику пана і раба). Класичне розуміння значення феномена страху в Новий час простежується в концепції Р. Декарта. Згідно з нею страх «присутній» у людській душі не як екзистенціал, а як психологічна пристрасть, поряд з іншими пристрастями – надією, любов'ю, бажанням, ненавистю тощо. А от у Б. Паскаля страх виступає екзистенціалом. Усвідомлення і відчуття проблеми страху цей мислитель корелює з фіксацією зв'язку страху з живими тілами й особливо з інтерпретацією християнських догматів у дусі екзистенціалізму.

У добу Просвітництва страх виступає основним мотивом, який примушує зберігати цілісність людського співтовариства (П. Гольбах). Однак, перебуваючи в стані страху (особливо перед грандіозними силами природи), людина переживає свою нікчемність, неспроможність і неповноцінність (К. Гельвецій).

Найбільша увага проблемі страху приділена в некласичній філософії. Зокрема, в екзистенціальній і психоаналітичній філософії поняття страху – одна з фундаментальних категорій. Ці ірраціональні напрямки досліджують страх у його глибинній

сутності, як важливий компонент існування людини. Один з основоположників екзистенціалізму (який є антропологічним за своєю суттю) С. К'єркегор дає психологічне пояснення страху, властивого кожній людині, з точки зору християнства. У нього страх – це симпатична антипатія й антипатична симпатія. З одного боку, людина боїться можливості, закладеної в страхові, а з другого – саме й прагне реалізувати цю можливість, оскільки вона є забороненою. М. Гайдеггер розглядає страх у трьох взаємозалежних аспектах: «перед-чим страх», «наляканість», «про-що страх». Страх у нього відкриває перед екзистенцією її останню можливість – смерть. Феномен страху в екзистенціальній антропології був пізнаний у його основоположному значенні – як умова становлення справжнього існування. Це стало своєрідним відкриттям екзистенціалізму. Спільним для екзистенціальної і психоаналітичної традиції є розуміння страху (насамперед ірраціонального) як страху людини перед самою собою. Але природа страху в цих філософських напрямках різна. У психоаналізі ірраціональний страх – страх перед руйнівними силами, які сфокусовані в людині, а це, на відміну від екзистенціалізму, – акцентуація уваги на негативних аспектах свободи, де свобода, не одухотворена моральною відповідальністю часто обертається деструкцією, антисоціальністю. Страх у психоаналізі формується культурою, яка, у свою чергу, пропонує дієві засоби захисту від нього.

В українській духовно-культурній традиції страх був і є, тією чи іншою мірою, актуальною тематикою. Це яскраво простежується на різних етапах буття українців, починаючи з Київської Русі і закінчуючи пост-сучасністю. У Києворуській державі виділяються такі страхи: страх перед силами природи, боязнь смерті, страх нечистої сили, страх перед ритуальною нечистотою, страх за душу, страх Божий, страх втратити владу. У найвидатнішого українського філософа Г. Сковороди страх безпосередньо пов'язаний з філософським ученням про людину, з філософією людини. Мислитель завжди говорив, що страх реально існує в людському середовищі, він є неминучим, але й не бажаним. Людина повинна його подолати – це буде суттєвим

кроком у вдосконаленні духовності. У XIX ст. М. Гоголь усвідомив, що страх може бути дуже потужним інструментом влади, і його часто використовують для управління масами. Не випадково мотив страху – наскрізний мотив його творів. Страх у повістях М. Гоголя – атрибут влади, її віддзеркалення. Система чітко ієрархізованої життєдіяльності побудована так, що ключові місця в ній належать носіям страху – представникам влади, чиновникам. Соціальний аспект страху був властивим феномену українського шістдесятництва XX століття. У часи, коли Україна перебувала в складі СРСР, шістдесятництво являло собою досить вагомий чинник пробудження національної свідомості (самосвідомості). Страх за майбутнє України, за українство, за себе (лише в українському контексті) домінували в їхньому житті й діяльності. Серед конкретних страхів шістдесятників виділялися такі: 1) страх не бути почутими і сприйнятими народом (або почутими і сприйнятими не правильно); 2) страх за гідне теперішнє і майбутнє буття українців; 3) страх неможливості реалізуватись людині-«гвинтику системи».

Сьогодні в науці розроблено ряд класифікацій страху. Наприклад, О. Захаров розрізняє страхи ситуативно обумовлені та особистісно обумовлені. А. Кемпінські пропонує три групи страхів: біологічні, соціальні та «страхи совісті» («моральні страхи»). Х. Христозов класифікує страхи згідно з п'ятьма параметрами: 1) за формою і відтінками прояву; 2) за ступенем вираженості; 3) за формою прояву; 4) за видом; 5) за етапами розвитку. Ф. Ріман виокремлює страхи в чотирьох формах: 1) страх перед самовідданістю, що переживається як втрата «Я» і залежність; 2) страх перед самостановленням (стагнацією «Я»), що переживається як беззахисність та ізоляція; 3) страх перед зміною, що переживається як мінливість і невпевненість; 4) страх перед необхідністю, що переживається як остаточність і несвобода. Ю. Щербатих поділяє страхи на три групи: 1) біологічні, 2) соціальні та 3) внутрішні. Спираючись на напрацювання вчених ми виділяємо три класи (групи) страхів: 1) біологічні, 2) соціальні та 3) екзистенціальні.

Нині до найпоширеніших страхів належать: страх смерті, страх самотності, страх старості, дитячі страхи. Особливе значення в житті людей відіграють страх Божий, страх грошей тощо.

Страх смерті – це фундаментальний екзистенціальний страх, що зачіпає онтологічні основи людського життя. Саме через нього з'являються всі релігії світу, з ним безпосередньо пов'язані і філософські системи. Інші страхи є похідними від страху смерті.

Близьким до страху смерті є страх самотності. Смерть часто уявляється як абсолютна самотність, людина нерідко сприймає її як абсолютне злиття з усім. Virізняється страх зовнішньої і внутрішньої самотності. Перший спричинений зовнішніми чинниками (втратою зв'язків з колективом, сім'єю, суспільством тощо). Другий пов'язаний із внутрішніми факторами: він виростає немовби зсередини особистості, а зовнішні обставини життя (навіть наявність рідних і близьких людей та ін.) не мають вирішального значення. Переживання зовнішньої чи внутрішньої самотності і, відповідно, страху перед самотністю часто буває страшнішим за смерть.

Багато людей бояться старості. Причинами цього страху є очікування людьми (у майбутньому) втрати привабливості, самотності, послаблення пам'яті, незатребуваності, зміни соціального статусу, бідності, погіршення фізичного і психічного здоров'я, великої залежності від інших, сексуальної неспроможності, немічності, дряхлості, смерті.

Гроші супроводжують людей усе життя і відіграють в ньому важливу роль. Страх грошей – це одна з головних причин проблем з ними. Він виражається в кількох видах: страх нестачі грошей, страх втрати грошей, страх перед великими грошима. Страх нестачі грошей проявляється тоді, коли особа починає думати, що їй бракує грошей. Від грошей часто залежить як добробут життя, так і саме життя, тому людина й боїться втратити гроші. До ситуацій, де люди реально можуть втратити гроші, належать: крадіжка, пограбування, звільнення з роботи, штраф, пожежа, аварія, шахрайство, борги тощо. Кожній людині

властивий так званий внутрішній грошовий максимум, тобто певна сума грошей, розпоряджаючись якою, вона відчувається досить впевнено, комфортно. Коли ж кількість грошей перевищує психологічний поріг, тоді з'являється страх великих грошей.

Україна належить до тих держав, де підтримуються та сповідаються християнські цінності. Тому особливе місце серед різноманітних страхів тут посідає страх Божий. У цьому понятті виражається страх, народжений повагою, благоговінням, любов'ю до Бога. Адже хто боїться (шанує, любить) Бога, той більше нікого і нічого не боїться. Християнство вказує на наявність двох видів страху: Страх Господній – до життя, а страх передусім і вся, крім Бога, – до смерті.

У дитячому віці почуття страху виникає дуже рано (можливо, від самого народження). Спочатку в дітей з'являються несвідомі страхи, а дещо пізніше (коли буде усвідомлення себе як чогось окремого від довколишніх предметів) формуються і свідомі страхи, тобто настає новий етап цього почуття, де головним буде усвідомлення певної загрози. З двох років досить значними є страхи розлуки з батьками і покарання з боку батьків за той чи інший проступок. У молодших дошкільнят виділяється тріада страхів – самотності, темряви, замкнутого простору, а в старших дошкільнят основними страхами є: страх смерті, страх тварин та казкових персонажів. Молодший школяр часто боїться осуду за порушення дисципліни, а також школи взагалі. У підлітковому віці серед основних страхів яскраво простежуються страхи смерті батьків, війни, власної смерті, пожежі, нападу.

Відповідно до посилення психологічної напруги, пов'язаної з реакцією на несприятливі життєві обставини, вирізняються такі рівні страху: тривога, переляк, боязнь, страх, жах, паніка. Окрім цього, як окрема і специфічна форма страху за своєю інтенсивністю виділяється фобія. Тривога – емоційний стан безпредметного характеру, що відображає об'єктивний стан індивіда, який перебуває в певних взаємовідносинах з довколишнім світом, а страх – це біологічна реакція (яка дісталася людині від тваринного світу) на несприятливі обставини, які фактично

існують, тобто на конкретні загрози. Переляк належить до короткотривалого емоційного переживання поведінкового характеру, що виражає миттєву, негативну оцінку ситуації і виникає у разі раптової, несподіваної небезпеки. Боязнь є початковою формою прояву страху, що демонструється в нерішучому оцінюванні ситуації, яка може викликати страх. Жах – це страх, який виходить за межі матеріальної небезпеки. Він виражає небезпеку метафізичну. Панічний страх (або паніка) є сум'яттям, яке раптово охоплює людину чи масу людей. Фобія належить до нав'язливих, неадекватних, стійких, інтенсивних, ірраціональних страхів конкретного змісту.

Страх і релігія взаємопов'язані. Крім соціальних, гносеологічних, онтологічних причин виникнення релігії, виділяються і психологічні чинники, де провідне місце належить страху. Здавна люди відчували свою безсилість перед силами природи і незрозумілими суспільними проблемами і це викликало постійну психологічну напругу. Страх перед довколишнім світом тримав у мобілізаційній готовності весь організм і водночас викликав у свідомості фантастичні картини, які ототожнювалися з дійсністю. Він спонукав людей до послаблення розумного відображення світу і сприяв виникненню релігійних поглядів.

Існує немало засобів, за допомогою яких можна долати чи мінімізувати страх. До них належать релігія, хоробрість, кооперація, психоаналіз, досвід езотерики Сходу, ритуал, когнітивний метод, стороння допомога, психологічний захист, спеціальні методики.

Релігія (насамперед, християнська) допомагає боротися з плотськими (тілесними) страхами, з-поміж яких виокремлюються соціальні страхи, фізичні страхи та страхи майбутнього. Для цього потрібно визнати існування конкретного тілесного страху в собі і знати, що людину можуть покинути всі, але Бог її не залишить. Далі за допомогою церкви, читання Біблії та молитви індивід долає страх і отримує спокій і любов.

Хоробрість вважають бінарною протилежністю страху. Вона не є одноликою. Кожен її різновид по-своєму сприяє індивіду в боротьбі зі страхом. Хоробрість емоційного пориву допомагає

позбутися страху тому, що особа в даний момент просто не може не проявити хоробрість, яка ґрунтується на емоційному пориві. Хоробрість безнадійності з'являється тоді, коли надія на одержання потрібного результату нікчемна, і особистість кидає виклик долі, ризикує й дістає бажаний результат. Хоробрість переконання заснована на свідомому рішенні, де силу проти страху людині надають певні принципи та переконання. Професійна хоробрість з'являється в осіб, які постійно мають справу з ризиком, завдяки досвіду і професіоналізму в них зменшується сила страху. Видима хоробрість діє тоді, коли в індивіда наявна більш сильна мотивація, ніж інстинкт страху.

Кооперація є досить вагомою сферою соціального та економічного життя людини. Кооперація означає співробітництво. Причини виникнення «групності», колективності, кооперативності (як певної групової взаємодії і розуміння) і, кінець кінцем, самої кооперації слід шукати ще в первісному суспільстві. Страх самозбереження спонукає людей до групової діяльності, кооперативності (означений феномен постійно підтверджується подальшою історією людства). Сила кооперації (кооперативності) у тому, що вона здатна успішно допомагати людині в подоланні страху. Проте кооперація може й викликати страхи, насамперед це пов'язано з порушенням «правил гри» – основних кооперативних принципів (трапляється тоді, коли егоїстичні тенденції людини беруть гору над спільними (груповими) інтересами). Страх потрібно зробити не елементом деструкції особистості, а навпаки – конструктивним елементом. Саме таким важливим феноменом, який може перетворювати навіть екзистенціальний страх на конструктивну силу, є кооперація.

Психоаналіз багато років для запобігання і подолання страху радить використовувати усмішку, оскільки вона несе в собі інформацію про взаєморозуміння, довіру, любов тощо. Усмішка – це чудовий засіб як від страхів, так і від внутрішніх потрясінь, напруги, проблем у взаєминах. Потрібно частіше посміхатися довколишнім людям, навіть тоді, коли на це немає причин.

Езотерика Сходу (передусім езотеричні вчення Індії) пропонує медитативні методики, де страху протистоїть не мужність

(хоробрість), а внутрішній спокій особистості. Людина мусить ідентифікуватись зі страхом і повністю відчувати його. Страх повинен наповнити особистість, проникнути в її єство. Лише після цього емоційна напруга спаде, а страх зменшиться, або й повністю зникне.

Ефективним засобом подолання страху може бути й ритуал (прадавний механізм боротьби зі страхом). Він практикує використання дій людини за певною схемою, де вона (людина) знає матрицю власної поведінки і таким чином почуває себе захищеною. В ритуалі у символічній формі фіксується і поширюється своєрідна, чітка система цінностей. Він дозволяє індивіду виявити такі особистісні цінності, які пересилюють страх і змушують діяти всупереч йому.

Серед багатьох дієвих методів боротьби зі страхом виділяються: когнітивний метод, стороння допомога, психологічний захист, спеціальні методики. Когнітивний метод для подолання страху використовує силу розуму і логіки. Варто усвідомити, що більша частина подій, яких бояться люди, мають мало шансів, а відтак страхи втрачають сенс. Для того, щоб менше боятися будь-якого явища, необхідно оцінити ймовірність настання небажаної події, і тоді виявиться, що шанси постраждати від неї мізерні. Наше хвилювання і страх будуть здаватися дріб'язком порівняно зі справді драматичними ситуаціями, які трапляються в житті. Не варто перебільшувати свої неприємності, навпаки, доречно порівняти їх із справжніми трагедіями, і тоді стане зрозуміло, що ситуація не безнадійна. Потрібно погодитись прийняти те, що вже трапилося, – це перший крок до подолання наслідків будь-якого страху (нещастя). Людині важливо знайти якусь цікаву роботу, заняття. У будь-якій, навіть найнебезпечнішій ситуації заповнення свідомості якоюсь справою (діяльністю) обов'язково витісняє страх. Досить ефективною в боротьбі зі страхом є стороння допомога. Передусім важливу роль тут відіграє підбадьорювання (підтримка) у тяжкі хвилини життя з боку іншої людини, особливо якщо вона авторитетна для того, хто переживає страх. Оскільки страх є негативним станом (емоцією), організм намагається звести його до мінімуму. Цьому

значно сприяє психологічний захист. Захисні механізми регулюють переживання страху та підтримують цілісність особистості. Найвідомішими з них є: витіснення, раціоналізація, проєкція, регресія, заперечення, ізоляція, сублімація, компенсація, конверсія, заміщення, субституція тощо. Для боротьби зі страхом практична філософія та психологія використовуює спеціальні методики. Достатньо ефективними є автогенне тренування і нейролінгвістичне програмування (НЛП). Автогенне тренування стає доволі дієвим засобом для особистості, що відчуває страх чи хвилювання. За допомогою нього можна знизити рівень напруги, зменшити тривогу, послабити страх. Нейролінгвістичне програмування допомагає, використовуючи «позитивні якорі» – сильні позитивні стани (емоції), які були в конкретної особи в минулому, самостійно долати страхи.

Проблема страху потребує подальшого філософського осмислення й опрацювання, оскільки страх – полівекторний феномен. Він є не лише негативним станом, що виникає як результат реальної чи уявної небезпеки. Страх має метафізичне походження і сприяє породженню екзистенціальних потреб особистості, що, у свою чергу, визначає систему ціннісних орієнтацій і модель поведінки в соціумі. Розгадуючи одну з таємниць людського буття, якою є страх, ми певним чином наближаємося і до розгадки таємниці людини.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Августин А. Исповедь / А. Августин // Августин А. Исповедь. Абеляр П. История моих бедствий. – Москва : Республика, 1992. – 486 с.
2. Азербайджанські прислів'я та приказки [Упорядкував та переклав з азербайджанської В. Ціпко]. – Київ : Дніпро, 1974. – 160 с.
3. Айке Д. Страх / Д. Айке // Тревога и тревожность / Сост. и общая редакция В. М. Астапова. – Санкт-Петербург : Питер, 2001. – 256 с.
4. Аліман М. Борис Мартос та курс його лекцій з теорії кооперації / М. В. Аліман // ДВ-вкладка газети «Вісті: діловий випуск Центральної спілки споживчих товариств України». – 2006. – № 20. – С. 1–24.
5. Аліман М. Василь Доманицький і його «Товариські крамниці» / М. В. Аліман // ДВ-вкладка газети «Вісті: діловий випуск Центральної спілки споживчих товариств України». – 2010. – № 38. – С. 1–8.
6. Аліман М. В. Історія споживчої кооперації України / М. В. Аліман, С. Г. Бабенко, С. Д. Гелей та ін. – Львів : Інститут українознавства НАН України, 1996. – 383 с.
7. Аліман М. Микола Зібер і його праця про споживчі товариства / М. Аліман // Вісті центральної спілки споживчих товариств України. Діловий випуск (ДВ-вкладка), 4 січня 2013. – № 1. – С. 1–8.
8. Амінова О. В. Соціально-ціннісний зміст економічної діяльності людини / О. В. Амінова : автореф. дис. канд. філос. наук: 09.00.03 / Київський національний університет імені Тараса Шевченка. – Київ, 2010. – 17 с.
9. Андрусенко В. А. Социальный страх (опыт философского анализа) / В. А. Андрусенко. – Свердловск : Изд-во Уральского университета, 1991. – 172 с.
10. Антирелигиозный крестьянский учебник. – Москва : Акц. издательское общество «Безбожник», 1930. – 432 с.

11. Антологія афоризмів / упор. Л. П. Олексієнко. – Донецьк : «Видавництво Сталкер», 2004. – 704 с.
12. Антология мировой философии : в 4 т. – Москва : Мысль, 1969. – Т. 1. – Ч. 1. и Ч. 2. – 936 с.
13. Арапко А. С. Страх одиночества и страх слияния: Где баланс? / А. С. Арапко // Электронный ресурс. – URL: http://www.familyland.ru/library/diplom/diplom_7.html.
14. Аристотель. Этика. Политика. Риторика. Поэтика. Категории / Аристотель. – Минск : Литература, 1998. – 1392 с.
15. Арьес Ф. Человек перед лицом смерти : [пер. с фр.] / Ф. Арьес. – Москва : Издательская группа «Прогресс» – «Прогресс-Академия», 1992. – 528 с.
16. Багалій Д. І. Український мандрований філософ Григорій Сковорода / Д. І. Багалій. – Київ : Вид-во «Оріє» при УКСП «Кобза», 1992. – 472 с.
17. Багрова Н. Лики страха / Н. Багрова. – Москва : Вече, 2011. – 288 с.
18. Бакшутлов В. К. Философия чувств: информационная концепция / В. К. Бакшутлов. – Екатеринбург : Уро РАН, 1996. – 492 с.
19. Балашов Л. Е. Практическая философия или софиология / Л. Е. Балашов. – Москва : 2007. – 599 с.
20. Барнс Д. Нечего бояться / Джулиан Барнс ; [пер. с англ. Д. Симановский, С. Полотовский]. – Москва : Эксмо, 2011. – 384 с.
21. Бауман З. Моральна сліпота. Втрата чутливості у плинній сучасності / Зигмунд Бауман, Леонідас Донскіс ; [пер. с англ. О. Буценка]. – Київ : ДУХ І ЛІТЕРА, 2014. – 280 с.
22. Бахов І. С. Канадський мультикультуралізм: від схвалення до критики і фобії / І. С. Бахов. – Київ : Центр учбової л-ри, 2016. – 174 с.
23. Бахтин М. М. Творчество Франсуа Рабле и народная культура средневековья и Ренессанса / М. М. Бахтин. – Москва, 1990. – 543 с.
24. Бачериков Н. Е. Клиническая психиатрия / Н. Е. Бачериков, К. В. Михайлова, В. Л. Гавенко и др. – Київ : Здоровья, 1989. – 512 с.

25. Башнянин Г. І. Політична економія / Г. І. Башнянин, П. Ю. Лазур, В. С. Медведєв. – Київ : Ніка-Центр Ельга, 2000. – 864 с.
26. Бек У. Общество риска: на пути к другому модерну / У. Бек. – Москва : Прогресс-Традиция, 2000. – 384 с.
27. Бэкон Р. Избранное / Роджер Бекон. – Москва : Изд-во Францисканцев, 2005. – 480 с.
28. Бенеш Г. Психологія: dtv-Atlas : дровідник / Г. Бенеш ; [пер. з нім.]. – Київ : Знання-Прес, 2007. – 510 с.
29. Бердяев Н. А. Экзистенциальная диалектика божественного и человеческого / Н. А. Бердяев // Электронный ресурс. – URL: <http://www.trinitas.ru/rus/doc/0016/001b/00160102.htm>.
30. Бердяев Н. А. О назначении человека / Н. А. Бердяев. – Москва : Республика, 1993. – 383 с.
31. Бердяев Н. А. Самопознание / Н. А. Бердяев. – Москва : Книга, 1991. – 353 с.
32. Бердяев Н. А. Философия свободного духа / Н. А. Бердяев. – Москва : Республика, 1994. – 480 с.
33. Бердяев Н. А. Философия свободы. Смысл творчества / Н. А. Бердяев. – Москва : Правда, 1989. – 607 с.
34. Бёрк Э. Философское исследование о происхождении наших идей возвышенного и прекрасного / Э. Бёрк ; [пер. с англ.]. – Москва : Искусство, 1979. – 237 с.
35. Бернс Р. Развитие я-концепции и воспитание / Р. Бернс. – Москва : Прогресс, 1986. – 421 с.
36. Библийская енциклопедия. – Москва : Издание Свято-Троїце-Сергієвої Лаври, 1990. – 902 с.
37. Блаженный Августин А. Творения : в 4 т. Т. 1 : Об истинной религии / Блаженный Августин. – Санкт-Петербург, 1998. С. 183–263.
38. Близнюк О. Великі страхи маленьких дітей та їхніх батьків / О. Близнюк, А. Дудченко. – Харків : Основа, 2015. – 256 с.
39. Блинников Л. В. Великие философы : учебный словарь-справочник / Л. В. Блинников. – Москва : Логос, 1997. – 432 с.

40. Бозций. Утешение философией и другие трактаты / Бозций. – Москва : Наука, 1990. – 415 с.
41. Боль в душе не утихала (Памяти Юлии Друниной) // Советская Россия. – 1991. – № 224. – С. 4.
42. Больнов О. Ф. Философия экзистенциализма / О. Ф. Больнов // Электронный ресурс. – URL: http://www.e-reading.by/bookreader.php/1022100/Bolnov_-_Filosofiya_ekzistencializma.html.
43. Большой толковый психологический словарь / Артур Робер (Penguin) ; [пер. с англ.]. – Москва : Вече, АСТ, 2002. – Т. 2 (П–Я) – 560 с.
44. Боровой Е. М. Страх и социальное бытие человека : дис. ... канд. филос. наук : 09.00.11 / Е. М. Боровой. – Новосибирск, 2006. – 182 с.
45. Бубер М. Два образа веры / М. Бубер ; [пер. с нем.]. – Москва : Республика, 1995. – 464 с.
46. Будда // 100 человек, которые изменили ход истории. – 2008. – № 26. – С. 1–31.
47. Буйон А. Победим призрак страха / Алехандро Буйон // Вечное сокровище. – 2012. – № 2 (107). – С. 2.
48. Булгаков С. Н. Свет невечерний: созерцания и умозрения / С. Н. Булгаков. – Москва : ООО «Изд-во АСТ» ; Харьков : Фолио, 2001. – 672 с.
49. Булычев К. О страхе / Кир Булычев // Булычев К. Обозримое будущее. – Москва : Хронос, 1995. – С. 203–220.
50. Бутченко М. Страх темноты по-донбасски [Электронный ресурс] / М. Бутченко. – URL: <http://nvua.net/opinion/butchenko/strah-temnoty-po-donbasski--7888.html>.
51. Вагин И. Заяц, стань тигром! / И. Вагин // Электронный ресурс. – URL: <http://psiho.org.com.ua/zayactiger/zayactiger0102.htm>.
52. Вагин И. О. Психология жизни и смерти / И. О. Вагин. – Санкт-Петербург : Питер, 2002. – 160 с.
53. Ванцайек В. Великие загадки Древнего Египта / Виолен Ванцайек. – Москва : Ломоносовъ, 2011. – 224 с.

54. Василь Симоненко. Випереджаючи себе // Електронний ресурс. – URL: http://kuncevo.ucoz.ru/load/uroki/ukrmova/vasil_simonenko/46-1-0-1466.
55. Василь Симоненко: Окрайці думок митця // Електронний ресурс. – URL: <https://tribuna.pl.ua/news/vasil-simonenko-okrajtsi-dumok-mittsya/>
56. Введение. Экзистенциализм – философия существования // Электронный ресурс. – URL: http://studbooks.net/923077/filosofiya/ekzistentsializm_filosofiya_suschestvovaniya.
57. Вышеславцев Б. П. Этика преображённого Эроса / Б. П. Вышеславцев. – Москва : Республика, 1994. – 368 с.
58. Виганд М. Забудь про страх! Книга в помощь малышу / Молли Виганд; [пер. с англ. Д. Федориновой]. – Москва : Эксмо-Пресс, 2012. – 32 с.
59. Вірменські прислів'я та приказки [Упорядкувала та переклала з вірменської Л. Задорожна]. – Київ : Дніпро, 1976. – 136 с.
60. В лаборатории И. П. Павлова // Огонек, 5 октября 1924. – № 41. – С. 12–13.
61. Власюк Т. З Мирославом Поповичем / Тетяна Власюк // Вісті центральної спілки споживчих товариств України. – 3.02.2011. – № 5. – С. 12–13.
62. Власюк Т. З отцем доктором Дмитром Блажейовським / Тетяна Власюк // Порадниця. – 5.08.2010. – № 31. – С. 1–3.
63. Войтович В. Предтеча месії України / В. Войтович // Сковорода Г. Пізнай в собі людину / [пер. М. Кашуба ; пер. поезії В. Войтович]. – Львів : Світ, 1995. – 528 с.
64. Волинка Г. І. Історія філософії в її зв'язку з освітою : підручник / Г. І. Волинка, В. І. Гусев, Н. Г. Мозгова та ін. – Київ : Каравела, 2012. – 480 с.
65. Волков Ю. Г. Страх / Ю. Г. Волков, Е. С. Поликарпов // Человек : энциклопедический словарь. – Москва : Гардарики, 2000. – 520 с.
66. Волкогонов Д. А. Феномен героизма: (О героях и героическом) / Д. А. Волкогонов. – Москва : Политиздат, 1985. – 263 с.

67. Гаврюшин Н. К. Смысл жизни. Антология / Н. К. Гаврюшин. – Москва : Прогресс-Культура, 1994. – 592 с.
68. Гагарин А. С. Экзистенциалы человеческого бытия: одиночество, смерть, страх (от античности до Нового времени). Историко-философский аспект : дис. ... док. филос. наук : 09.00.03 / А. Гагарин. – Екатеринбург, 2002. – 355 с.
69. Гараджа В. И. Протестантизм / В. И. Гараджа. – Москва : Политиздат, 1971. – 200 с.
70. Гегель Г. Энциклопедия философских наук : в 3 т. / Г. В. Ф. Гегель. – Москва : Наука. – Т. 1. – 402 с.
71. Гегель Г. В. Ф. Наука логики : в 3 т. / Г. В. Ф. Гегель. – Москва : Мысль, 1970. – Т. 1. – 375 с.
72. Гегель Г. В. Ф. Феноменологія духу / Г. В. Ф. Гегель ; [пер. з нім.]. – Вид-во Соломії Павличко «Основи», 2004. – 548 с.
73. Гегель Г. В. Ф. Философия истории / Г. В. Ф. Гегель ; [пер. с нем.]. – Москва : Наука, 1993. – 480 с.
74. Гегель Г. В. Ф. Философия религии : в 2 т. / Г. В. Ф. Гегель. – Москва : Мысль, 1977. – Т. 2. – 573 с.
75. Гельвеций К. Сочинения : в 2 т. / К. Гельвеций. – Москва : Мысль, 1974. – Т. 2. – 398 с.
76. Глива В. Вступ до психотерапії : навч. посіб. / В. Глива. – Острог–Київ : Острозька академія ; Кондор, 2004. – 530 с.
77. Гоббс Т. Сочинения : в 2 т. / Т. Гоббс. – Москва : Мысль, 1989. – Т. 1. – 648 с.
78. Гоголь Н. В. Полн. собр. соч. : в 14 т. / Н. В. Гоголь. – Москва : Изд-во АН СССР. – 1938. – Т. 3. – 727 с.
79. Гоголь Н. В. Ревизор: повести / Н. В. Гоголь. – Москва : Художественная література, 1972. – 333 с.
80. Гоголь Н. В. Тарас Бульба / Н. В. Гоголь // Собрание соч. : в 8 т. – Москва : Правда, 1984. – Т. 2. – 317 с.
81. Гоголь Н. В. Собрание соч. : в 8 т. / Н. В. Гоголь. – Москва : Правда, 1984. – Т. 5. – 318 с.
82. Гоголь Н. В. Собрание соч. : в 8 т. / Н. В. Гоголь. – Москва : Правда, 1984. – Т. 7. – 526 с.
83. Гончаренко І. Роля родини у вихованні дитини / Іван Гончаренко // Віра й культура (Місячник української богослов-

ської думки й культури). – Вінніпег, 1955. – Вип. 11 (23). – С. 16–18.

84. Грановская Р. М. Элементы практической психологии / Р. М. Грановская. – Л. : Изд-во Ленинградского университета, 1988. – 560 с.
85. Грецькі прислів'я та приказки [з новогр. перекл. О. Пономарів]. – Київ : Дніпро, 1985. – 174 с.
86. Громов М. Н. Русская философская мысль X–XVII веков : учеб. пособие / М. Н. Громов, Н. С. Козлов. – Москва : Изд-во МГУ, 1990. – 288 с.
87. Гроссман Э. А. Заметки о понятии страха в современной философии [Электронный ресурс] / Э. А. Гроссман. – URL: <http://www.bestreferat.ru/referat-1147.html>.
88. Грузинські прислів'я та приказки [Упорядкував та переклав з грузинської Р. Чілачава]. – Київ : Дніпро, 1975. – 144 с.
89. Гудінг Д. Людина та її світогляд: для чого ми живемо, і яке наше місце у світі / Д. Гудінг, Дж. Леннокс ; [груповий перекл. з рос. зі звіркою з англ. оригіналом]. – Київ : УБТ, 2007. – Т. 1. – 416 с.
90. Гуревич П. С. Основы философии : учеб. пособие / П. С. Гуревич. – Москва : КНОРУС, 2011. – 480 с.
91. Давньоукраїнська культура [Електронний ресурс]. – URL: <http://refs.uaclub.net.ua/4/21021308/1/index.html>.
92. Данте Алигьери. Малые произведения / Данте Алигьери. – Москва : Наука, 1968. – 652 с.
93. Дейнеко Е. Телесная карта страхов [Электронный ресурс] / Е. Дейнеко. – URL: <https://www.facebook.com/deyneko.training.center/posts/984641788236303:0>.
94. Декарт Р. Сочинения : в 2 т. / Р. Декарт ; [пер. с франц.]. – Москва : Мысль, 1989. – Т. 1. – 654 с.
95. Декларация о кооперативной идентичности, принятая Международным кооперативным альянсом на XXXI конгрессе МКА 20 сентября 1995 года. – Москва, 1996.
96. Делюмо Ж. Ужасы на Западе / Ж. Делюмо ; [пер. с фр.]. – Москва : Голос, 1994. – 416 с.

97. Демичев А. В. Мастерская Платона / А. В. Демичев. – Санкт-Петербург : Интан, 2000. – 87 с.
98. Демографическое старение // Демографический энциклопедический словарь / [под. ред. Д. И. Валентей]. – Москва : Сов. Энциклопедия, 1985. – С. 117–118.
99. Джонс Э. Жизнь и творения Зигмунда Фрейда / Э. Джонс; [пер. с англ. Старовойтова В. В.]. – Москва : «Гуманитарий» АГИ, 1996. – 448 с.
100. Діброва Г. О. Людина не повинна боятися смерті / Г. О. Діброва // Віра і культура. – 1959. – № 4. – С. 11–13.
101. Добролюбие, избранное для мирян. – Москва : Издание Сретенского монастыря, 1998. – 448 с.
102. Докаш В. І. Загальне релігієзнавство : навч. посіб. – 2-ге вид., доопр., допов. / В. І. Докаш. – Чернівці : Наші книги, 2012. – 784 с.
103. Домнич Т. М. Опитувальник на визначення психологічного захисту / Т. М. Домнич // Практична психологія та соціальна робота. – 2001. – № 6. – С. 18–21.
104. Домнич Т. М. Що треба знати про психологічний захист / Т. М. Домнич // Практична психологія та соціальна робота. – 1998. – № 1. – С. 35–36.
105. Дорохова Т. А. Реалии страха [Електронний ресурс] / Т. А. Дорохова. – URL: <http://frames.ru/eoireitumdem/library/z4avatarTanatos/real.html>.
106. Дочинець М. Многії літа. Благії літа / Мирослав Дочинець. – Мукачево : Карпатська вежа, 2011. – 143 с.
107. Дрейк С. Страх одиночества / Селина Дрейк ; [пер. с англ.] – Москва : Панорама, 2012. – 192 с.
108. Дружів О. Страх як соціальне явище [Електронний ресурс] / Олег Дружів. – URL: <http://www.polpravozhit.in.ua/2013/10/blog-post.html>.
109. Дубровська Н. «Врятуйте мене», – такими були останні написані нею слова / Н. Дубровська // Полтавський вісник. – 2002, 24 травня. – С. 14.
110. Душенко К. В. Большая книга афоризмов / К. В. Душенко. – Москва : Эксмо, 2009. – 1056 с.

111. Энциклопедия для детей. Т. 6. Религии мира. Ч. 2. Религии Китая и Японии. Христианство. Ислам. Духовные искания человечества в конце XIX-XX веках. Религия и мир / Глав. ред. М. Д. Аксёнова. – Москва : Аванта +, 2002. – 688 с.
112. Энциклопедия для детей. Т. 18. Человек. Ч. 1. Происхождение и природа человека. Как работает тело. Искусство быть здоровым / Глав. ред. В. А. Володин. – Москва : Аванта +, 2002. – 464 с.
113. Энциклопедия для детей. Т. 18. Человек. Ч. 2. Архитектура души. Психология личности. Мир взаимоотношений. Психотерапия / Глав. ред. В. А. Володин. – Москва : Аванта +, 2002. – 640 с.
114. Энциклопедия афоризмов. Средние века. Эпоха Возрождения. Эпоха научной революции. Эпоха Просвещения. Русская афористика от средневековья до Просвещения. – Минск, 1999. – 992 с.
115. Евсюков В. В. Цинь Шихуан и его гробница / В. В. Евсюков, С. А. Комиссаров // Атеистические чтения. Вып. 16. – Москва : Политиздат, 1986. – С. 86–108.
116. Емельянов Б. В. О русских философах, хороших и разных. Историико-философские очерки / Б. В. Емельянов. – Екатеринбург : АТГрупп, 2005. – 288 с.
117. Жизнь земная и последующая : [пер. с англ.] / сост. П. С. Гуревич, С. Я. Левит. – Москва : Политиздат, 1991. – 415 с.
118. Заневский А. Страх, или Безымянная трилогия / А. Заневский ; [пер. с польск. Е. Смирновой]. – Екатеринбург : У-Фактория ; Москва : Астрель, 2009. – 624 с.
119. Западнюк В. И. Ученые мира о старении и долголетьи / В. И. Западнюк, И. С. Безверхая. – Москва : Знание, 1974. – 63 с.
120. Захаров А. И. Как помочь нашим детям избавиться от страха / А. И. Захаров – Санкт-Петербург : Гиппократ, 1995. – 127 с.
121. Захаров А. И. Неврозы у детей и подростков: Анамнез, этиология и патогенез / А. И. Захаров. – Л.: Медицина, 1988. – 244 с.

122. Звиняцковский В. Я. Николай Гоголь. Тайны национальной души / В. Я. Звиняцковский. – Київ : Ликей, 1994. – 544 с.
123. Зигмунд Фрейд // 100 человек, которые изменили ход истории. Еженедельное издание. – 2008. – № 13. – 31 с.
124. Зигмунд Фрейд: Хроника-хрестоматия : учеб. пособие / Составители : Вал. А. Луков, Вл. А. Луков. – Москва : Флинта: Московский психолого-социальный институт, 1999. – 416 с.
125. Золотухина-Аболина Е. В. Повседневность: философские загадки / Е. В. Золотухина-Аболина. – Київ : Ника-Центр, 2006. – 256 с.
126. Зотов А. Далай-лама Тибета: «Я лично видел случаи переселения душ» / А. Зотов // Аргументы и факты в Украине, 2003. – № 14. – С. 2.
127. Изард К. Э. Психология эмоций : [пер. с англ.] / К. Э. Изард. – Санкт-Петербург : Питер, 2000. – 464 с.
128. Іларіон, митрополит. Дохристиянські вірування українського народу : історично-релігійна монографія / Митрополит Іларіон. – Київ : Обереги, 1991. – 424 с.
129. Ильин В. В. Философия богатства: человек в мире денег / В. В. Ильин. – Київ Знання України, 2005. – 496 с.
130. Ильин Е. П. Дифференциальная психофизиология мужчины и женщины / Е. П. Ильин. – Санкт-Петербург : Питер, 2002. – 544 с.
131. Ильин И. А. О православии и католичестве / И. А. Ильин // Электронный ресурс. – URL: <http://www.dorogadomoj.com/dr169ili.html>.
132. Ильин И. А. Путь к очевидности / И. А. Ильин. – Москва : Республика, 1993. – 431 с.
133. Ірландські прислів'я та приказки [Упорядкував і переклав з англійської Р. Доценко]. – Київ : Дніпро, 1982. – 206 с.
134. Исаев С. А. Теология смерти: Очерки протестантского модернизма / С. А. Исаев. – Москва : Политиздат, 1991. – 236 с.

135. Іспанські прислів'я та приказки : збірник : [перекл. з ісп. М. Литвинець ; упорядкування М. Жердинівської]. – Київ : Дніпро, 1980. – 110 с.
136. Йегги Ф. Страх небесный / Флёр Йегги ; [пер. с ит. Н. Кулиш]. – Москва : Текст, 2014. – 139 с.
137. Каверин В. Эпilog: Мемуары / В. Каверин. – Москва : Аграф, 1997. – 560 с.
138. Казахські прислів'я та приказки / [упорядкував та переклав Ф. Моргун]. – Київ : Дніпро, 1976. – 126 с.
139. Как была крещена Русь. – Москва : Политиздат, 1988. – 383 с.
140. Калина Н. Ф. Основы психоанализа. Серия «Образовательная библиотека» / Н. Ф. Калина. – Москва : Рефлбук ; Київ : Ваклер, 2001. – 352 с.
141. Калиновский П. П. Переход: Последняя болезнь, смерть и после / П. П. Калиновский. – Запорожье : М.П. «Берегinya», 1993. – 184 с.
142. Камю А. Бунтующий человек. Философия. Политика. Искусство / А. Камю. – Москва : Политиздат, 1990. – 415 с.
143. Канке В. А. Современная философия: учебник / В. А. Канке. – Москва : Омега-Л, 2010. – 329 с.
144. Канке В. А. Философия для экономистов : учебник / В. А. Канке. – Москва : Омега-Л, 2011. – 411 с.
145. Кант И. Сочинения : в 6 т. / И. Кант. – Москва : Мысль, 1966. – Т. 5. – 564 с.
146. Капранова В. А. История педагогики : учеб. пособие для педагогических вузов / В. А. Капранова. – Москва : Новое знание, 2007. – 240 с.
147. Карнеги Д. Как завоевать друзей и оказывать влияние на людей : [пер. с англ.] / Д. Карнеги. – Москва : Прогресс, 1992. – 714 с.
148. Карсавин Л. П. Поэма о смерти / Л. П. Карсавин // Религиозно-философские произведения. – Москва : Ренессанс, 1992. – Т. 1. – 325 с.
149. Кашуба М. Екзистенційні проблеми сучасної людини [Електронний ресурс] / М. Кашуба, П. Шевчук, Т. Панфілова, В. Єлагін. – URL: http://center.uct.ua/distants/courses/pu01/htm/p13_02.htm.

150. Кемпер И. Можно ли научить надежде / И. Кемпер // Психология старости: хрестоматия. – Самара : Издательский Дом БАХРАХ-М, 2004. – С. 93–114.
151. Кемпински А. Психопатология неврозов / Антони Кемпински ; [пер. с пол. : Е. Квятковска]. – Варшава : Польское гос. мед. изд-во, 1975. – 400 с.
152. Кийосаки Р. Богатый папа, бедный папа / Р. Т. Кийосаки, Ш. Л. Лектер. – Москва : Попурри, 2004. – 272 с.
153. Кийосаки о деньгах, страхе, богатстве и счастье [Электронный ресурс]. – URL: <http://bookideas.ru/kiyosaki-o-dengah-strahе-bogatstve-i-schaste/>
154. Киргизькі прислів'я та приказки / [упорядкував і переклав з киргизької М. Гайдай]. – Київ : Дніпро, 1977. – 160 с.
155. Киричок О. Б. Філософія : підручник для студентів вищих навчальних закладів / О. Б. Киричок. – Полтава : ПДАА, 2010. – 381 с.
156. Китаев-Смык Л. А. Психология стресса / Л. А. Китаев-Смык. – Москва : Наука, 1983. – 368 с.
157. Коваль Т. В. Страх старості як чинник буття сучасної людини : дис. ... канд. філос. наук : 09.00.04 / Т. В. Коваль. – Житомир, 2012. – 188 с.
158. Ковальчук О. Гоголь: буття і страх / О. Ковальчук // Гоголезнавчі студії. Вип. десятій. – Ніжин, 2002. – С. 68–76.
159. Козицкий С. Слово редактора / Сергей Козицкий // Биография. – 2015. – № 7–8. – С. 3.
160. Колісник О. В. Страх як екзистенціаль людського буття / О. В. Колісник // Гілея: науковий вісник : зб. наук. пр. – Київ : ВІР УАН, 2010. – Вип. 35. – С. 230–236.
161. Колесник В. Страх Господень / Виталий Колесник // Вечное сокровище. – № 2 (107), февраль 2012. – С. 3.
162. Кон И. С. Открытие «Я» / И. С. Кон. – Москва : Политиздат, 1978. – 367 с.
163. Кон И. С. Психология ранней юности : кн. для учителя / И. С. Кон. – Москва : Просвещение, 1989. – 255 с.
164. Кон И. С. Социология личности / И. С. Кон. – Москва : Политиздат, 1967. – 383 с.

165. Конфуций. Уроки мудрости : сочинения / Конфуций. – Москва : Эсмо; Харьков: Фолио, 2010. – 958 с.
166. Корнев М. Н. Соціальна психологія : підручник / М. Н. Корнев, А. Б. Коваленко. – Київ, 1995. – 304 с.
167. Коссак Е. Экзистенциализм в философии и литературе : [пер. с польск.] / Е. Коссак. – Москва : Политиздат, 1980. – 360 с.
168. Крайг Г. Психология развития / Г. Крайг. – 7-е изд. – Санкт-Петербург : Питер, 2003. – 992 с.
169. Кривоший О. П. Динаміка уявлень вітчизняних науковців про контексти присутності «маскулінного» в повсякденних практиках «воюючих» жінок козацького Запорозжя / О. П. Кривоший // Мандрівець. – 2013. – № 4. – С. 15–26.
170. Кришнамурти Д. Полет орла [Электронный ресурс] / Джидду Кришнамурти // Электронный ресурс. – URL: <http://arion.ru/litera/krishnamurti/krishnamurti-04/index.htm>.
171. Кришнамурти Д. Смерть [Электронный ресурс] / Джидду Кришнамурти // Проблемы жизни. – URL: <http://psylib.org.ua/books/krich04/txt139.htm>.
172. Кришнамурти Д. Страх [Электронный ресурс] / Джидду Кришнамурти // Проблемы жизни. – URL: https://www.e-reading.club/chapter.php/30845/59/Krishnamurti_-_Problemy_zhizni.html.
173. Кришнамурти Д. Страх внутреннего одиночества [Электронный ресурс] / Джидду Кришнамурти // Проблемы жизни. – URL: <http://psylib.org.ua/books/krich04/txt091.htm>.
174. Кришнамурти Д. Страх смерти [Электронный ресурс] / Джидду Кришнамурти // Проблемы жизни. – URL: <http://psylib.org.ua/books/krich04/txt102.htm>.
175. Кубеев М. Н. Сто великих людей, изменивших мир / М. Н. Кубеев. – Москва : Вече, 2010. – 256 с.
176. Кузнецов В. Г. Философия : учебник / В. Г. Кузнецов, И. Д. Кузнецова, В. В. Миронов, К. Х. Момджян. – Москва : ИНФРА-М, 2010. – 519 с.

177. Кузнецова Е. Н. Основные понятия страха и его функции [Электронный ресурс] / Е. Н. Кузнецова. – URL: https://superinf.ru/view_helpstud.php?id=4066.
178. Курпатов А. Средство от страха [Электронный ресурс] / А. Курпатов. – URL: <http://www.uatur.com/html/interesno/kurp-strax.html>.
179. Кухина Н. Тревога и страх [Электронный ресурс] / Н. Кухина. – URL: <http://www.firsthealthgallery.com/illness/Catalog/Index.php?ArtID=124>.
180. Куценок Б. М. Эмоции и религия / Б. М. Куценок. – Київ : Политиздат України, 1982. – 103 с.
181. Кьеркегор С. Страх и трепет. Понятие страха. Болезнь и смерть : [пер. с дат.] / С. Кьеркегор. – Москва : Республика, 1993. – 383 с.
182. Лабиринты одиночества : [пер. с англ.] / сост., общ. ред. и предисл. Н. Е. Покровского. – Москва : Прогресс, 1989. – 624 с.
183. Лаврин А. Тысяча и одна смерть / Лаврин А. – Москва : «РЕТЕКС», 1991. – 416 с.
184. Левицька О. Серце віддав дітям / Ольга Левицька // Порадниця, 2.09.2010 (№ 35). – С. 1, 3.
185. Левицкий С. А. Трагедия свободы / С. А. Левицкий // Сочинения : в 2 т. – Москва : Канон, 1995. – Т. 2. – 512 с.
186. Левчук Л. Т. Психологічний аналіз: історія, теорія, мистецька практика : навч. посіб. / Л. Т. Левчук. – Київ : Либідь, 2002. – 255 с.
187. Леонид Броневой: «Я, чье детство споганено, чье место...» // «Бульвар Гордона», декабрь. – 2014. – № 48. – С. 14–15.
188. Лешкевич Т. Г. Философия. Вводный курс / Т. Г. Лешкевич. – Москва : Контур, 1998. – 464 с.
189. Литература Киевской Руси «Житие Бориса и Глеба» [Электронный ресурс]. – URL: <http://www.licey.net/lit/begin/ghitie>.
190. Лихачов Д. С. Єдина мати / Д. С. Лихачов // Пам'ятки України. – 1985. – № 3. – С. 6–11.

191. Логинова Е. Г. Страх как социальный феномен в русской религиозной философии конца XIX – первой половины XX вв. : дис. ... канд. филос. наук: 09.00.11 / Е. Г. Логинова. – Чита, 2007. – 160 с.
192. Лукашенко А. І. Образ Бога і Диявола та їх вплив на повсякденне життя в Європі (I – сер. XVII ст.) / А. І. Лукашенко. – Київ : КиМУ, 2016. – 585 с.
193. Львова Л. В. Лекарство от страха [Электронный ресурс] / Л. В. Львова. – URL: http://www.provisor.com.ua/archive/2006/N3/art_11.htm.
194. Ляббе Б. Смелость и страх / Б. Ляббе, М. Пюш ; [пер. с фр. П. А. Самсонов]. – Москва : Попурри, 2011. – 64 с.
195. Макиавелли Н. Государь. Рассуждения о первой декаде Тита Ливия. О военном искусстве / Н. Макиавелли. – Москва : Мысль, 1996. – 639 с.
196. Манн Ю. В. Поэтика Гоголя / Ю. В. Манн. – Москва : Художественная литература, 1988. – 413 с.
197. Мареев С. Н. История философии (общий курс) / С. Н. Мареев, Е. В. Мареева. – Москва : Академический проект, 2004. – 880 с.
198. Матвеева С. Я. Страхи в России в прошлом и настоящем / С. Я. Матвеева, В. Э. Шляпентох. – Новосибирск : Сибирский хронограф, 2000. – 180 с.
199. Матеев Д. А. Осмысление феномена одиночества в философии Востока [Электронный ресурс] / Д. А. Матеев. – URL: http://www.nsaemru/science/Publications/Sciense_notes/Archive/417.pdf.
200. Маца К. А. Кооперативность как естественный принцип организации систем / К. А. Маца // Матеріали Міжнародної науково-практичної конференції «Споживча кооперація XXI століття: уроки трансформаційних реформ і перспективи розвитку» 20–21 листопада 2008 р. – Полтава : РВВ ПУСКУ, 2008. – С. 174–177.
201. Мэй Р. Проблема тревоги : [пер. с англ.] / Р. Мэй. – Москва : ЭКСМО-Пресс, 2001. – 432 с.

202. Мельничук А. ...І виплекав свій сад / Андрій Мельничук // Вісті центральної спілки споживчих товариств України, 10.11.2011, № 45. – С. 12–13.
203. Мень А. Християнство / А. Мень // Литературная газета, 19.12.1990. – № 51. – С. 3.
204. Миропольський С. Нариси по історії церковно-приходських шкіл / С. Миропольський. – Санкт-Петербург, 1894. – 294 с.
205. Мизун Ю. Г. Ханы и князья. Золотая Орда и русские княжества / Ю. Г. Мизун, Ю. В. Мизун. – Москва : Вече, 2005. – 336 с.
206. Мифы народов мира. Энциклопедия : в 2 т. / гл. ред. С. А. Токарев. – Москва : НИ «Большая Российская энциклопедия», 1998. – Т. 2. – К–Я. – 720 с.
207. Мовчан М. М. Визначення та інтерпретації страху: філософсько-антропологічний дискурс / М. М. Мовчан // Наукові записки. Серія «Філософія». – Острог : Вид-во Національного університету «Острозька академія», 2012. – Вип. 12. – С. 157–165.
208. Мовчан М. М. Дитячі страхи як особливий різновид людських страхів / М. М. Мовчан // Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія 7. Релігієзнавство. Культурологія. Філософія : [зб. наук. пр.]. – Київ : Вид-во НПУ імені М. П. Драгоманова, 2013. – Вип. 29 (42). – С. 210–218.
209. Мовчан М. М. Екзистенціали людського буття у філософії Григорія Сковороди: страх, самотність, любов, свобода / М. М. Мовчан // Гілея: науковий вісник : зб. наук. пр. / гол. ред. В. М. Вашкевич. – Київ : ВІР УАН, 2011. – Вип. 50. – С. 357–364.
210. Мовчан М. М. Екзистенціальна та психоаналітична концепції страху / М. М. Мовчан // Гілея: науковий вісник : зб. наук. пр. / гол. ред. В. М. Вашкевич. – Київ : ВІР УАН, 2011. – Вип. 49. – С. 357–364.
211. Мовчан М. М. Кооперація і страх: філософський дискурс / М. М. Мовчан // Наукові записки. Серія «Філософія». –

- Острого : Вид-во Національного університету «Острозька академія», 2011. – Вип. 9. – С. 167–174.
212. Мовчан М. М. Кооперація у філософсько-теоретичному дискурсі / М. М. Мовчан // Міжнародний кооперативний рух: історичний досвід і сучасна практика : матеріали Міжнар. наук.-практ. конф. – Полтава : ПУСКУ, 2010. – С. 50–53.
213. Мовчан М. М. Лабіринти страху старості: проблеми і перспективи / М. М. Мовчан // Гуманітарний вісник Запорізької державної інженерної академії : зб. наук. пр. / гол. ред. В. Г. Воронкова. Вип. 53. – Запоріжжя : Вид-во ЗДІА, 2013. – С. 77–88.
214. Мовчан М. М. Проблема подолання страху в соціальному середовищі / М. М. Мовчан // Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія 7. Релігієзнавство. Культурологія. Філософія : [зб. наук. пр.]. – Київ : Вид-во НПУ імені М. П. Драгоманова, 2012. – Вип. 28 (41). – С. 233–241.
215. Мовчан М. М. Релігієзнавство : навч.-метод. посіб. / М. М. Мовчан. – Полтава : ПУЕТ, 2011. – 151 с.
216. Мовчан М. М. Різновиди страху в соціальному середовищі: філософський дискурс / М. М. Мовчан // Гілея: науковий вісник. – Київ : Гілея, 2019. – Вип. 144 (№ 5). Ч. 2. Філософські науки. – С. 94–98.
217. Мовчан М. М. Самотність як феномен буття особистості : монографія / М. М. Мовчан. – Полтава : ПУСКУ, 2009. – 265 с.
218. Мовчан М. М. Смерть і страх смерті в філософсько-антропологічному дискурсі / М. М. Мовчан // «Гілея (науковий вісник)» : зб. наук. пр. – Київ : ВІР УАН, 2010. – Вип. 39. – С. 174–181.
219. Мовчан М. М. Страх Божий як особливий феномен / М. М. Мовчан // Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія 7. Релігієзнавство. Культурологія. Філософія : [зб. наук. пр.].

- Київ : Вид-во НПУ імені М. П. Драгоманова, 2012. – Вип. 27 (40). – С. 241–248.
220. Мовчан М. М. Страх в екзистенціальній інтерпретації / М. М. Мовчан // Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія 7. Релігієзнавство. Культурологія. Філософія : [зб. наук. пр.]. – Київ : Вид-во НПУ імені М. П. Драгоманова, 2011. – Вип. 25 (38). – С. 126–133.
221. Мовчан М. М. Страх в онтологічному вимірі / М. М. Мовчан // Філософія і політологія в контексті сучасної культури. Вип. 8. – Дніпропетровськ, 2014. – С. 83–87.
222. Мовчан М. М. Страх грошей в людському середовищі / М. М. Мовчан // Філософські обрії. Науково-теоретичний журнал Інституту філософії імені Г. С. Сковороди НАН України та Полтавського національного педагогічного університету імені В. Г. Короленка. Вип. 31. – Київ–Полтава, 2014. – С. 100–109.
223. Мовчан М. М. Страх в соціальному середовищі Київської Русі / М. М. Мовчан // Філософські обрії. Науково-теоретичний журнал Інституту філософії імені Г. С. Сковороди НАН України та Полтавського національного педагогічного університету імені В. Г. Короленка. Вип. 27. – Київ–Полтава, 2012. – С. 163–174.
224. Мовчан М. М. Страх і релігія у філософсько-антропологічному дискурсі / М. М. Мовчан // Актуальні проблеми філософії та соціології. Науково-практичний журнал Національного університету «Одеська юридична академія». Вип. 15. – Одеса, 2017. – С. 90–93.
225. Мовчан М. Н. Страх и храбрость в динамике взаимоотношений / М. Н. Мовчан // Исторические, философские, политические и юридические науки, культурология и искусствоведение. Вопросы теории и практики. – Тамбов : Грамота, 2013. – № 12 (38) : в 3-х ч. – Ч. III. – С. 131–135.
226. Мовчан М. М. Страх самотності як різновид страху / М. М. Мовчан // Гілея: науковий вісник : зб. наук. пр. /

- гол. ред. В. М. Вашкевич. – Київ : ВІР УАН, 2012. – Вип. 64. – С. 292–296.
227. Мовчан М. М. Страх як важливий екзистенціаль буття людини: історико-філософський аспект / М. М. Мовчан // Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія 7. Релігієзнавство. Культурологія. Філософія : [зб. наук. пр.]. – Київ : Вид-во НПУ імені М. П. Драгоманова, 2010. – Вип. 23 (36). – С. 98–104.
228. Мовчан М. М. Українська духовно-культурна традиція: мотиви страху в житті і творчості М. Гоголя / М. М. Мовчан // Гілея: науковий вісник : зб. наук. пр. / гол. ред. В. М. Вашкевич. – Київ : ВІР УАН, 2010. – Вип. 42. – С. 357–364.
229. Мовчан М. М. Феномени людського буття: страх свобода і тривога та їх відношення / М. М. Мовчан // Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія 7. Релігієзнавство. Культурологія. Філософія : [зб. наук. пр.]. – Київ : Вид-во НПУ імені М. П. Драгоманова, 2011. – Вип. 26 (39). – С. 203–210.
230. Мовчан М. М. Феномен страху в сучасному світі / М. М. Мовчан // Філософські обрії. Науково-теоретичний журнал Інституту філософії імені Г. С. Сковороди НАН України та Полтавського національного педагогічного університету імені В. Г. Короленка. Вип. 28. – Київ–Полтава, 2012. – С. 94–102.
231. Мовчан М. М. Феномен страху: його класифікація і рівні / М. М. Мовчан // Наукові записки. Серія «Філософія». – Острог : Вид-во Національного університету «Острозька академія», 2012. – Вип. 10. – С. 197–204.
232. Мовчан М. М. Феномен страху: смерть і страх смерті / М. М. Мовчан // Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія 7. Релігієзнавство. Культурологія. Філософія : [зб. наук. пр.]. – Київ : Вид-во НПУ імені М. П. Драгоманова, 2010. – Вип. 24 (37). – С. 63–69.

233. Монтень М. Опыты : в 3 кн. : [пер. с фр.] / М. Монтень. – Москва : Правда, 1991. – Кн. 1. – 512 с.
234. Монтень М. Опыты: Судьбы и нравы : [пер. с фр.] / М. Монтень. – Санкт-Петербург : Изд. Дом «Азбука-классика», 2007. – 288 с.
235. Монтень М. О страхе [Электронный ресурс] / М. Монтень. – URL: <http://lib.ru/FILOSOF/MONTEN/fear.txt>.
236. Монтескье Ш. Л. [Электронный ресурс] / Монтескье Ш. Л. – URL: <http://57870.studopedia.su/1-7932.html>.
237. Мулярчук Є. Страх / Є. Мулярчук // Філософський енциклопедичний словник. – Київ : Абрис, 2002. – 742 с.
238. Надольний І. Ф. Філософія : навч. посіб. / І. Ф. Надольний, В. П. Андрущенко, І. В. Бойченко, В. П. Розумний та ін. – Київ : Вікар, 1997. – 584 с.
239. Невлева И. М. Философия : учеб. пособие / И. М. Невлева. – Харьков : Консум, 2001. – 432 с.
240. Некрасов Е. Н. Страх / Е. Н. Некрасов // Философия: Энциклопедический словарь / под ред. А. А. Ивина. – Москва : Гардарики, 2004. – 1072 с.
241. Никоненко С. В. Современная западная философия : учеб. пособие / С. В. Никоненко. – Санкт-Петербург : Изд-во С. Петерб. ун-та, 2007. – 433 с.
242. Німецькі прислів'я та приказки / [упорядкувала М. Р. Демедюк]. – Київ : Радянська школа, 1973. – 103 с.
243. Ницше Ф. Сочинения : в 2 т. Т. I : Литературные памятники / Ф. Ницше; [пер. с нем.]. – Москва : Мысль, 1990. – 829 с.
244. Ницше Ф. Так говорил Заратустра / Фридрих Ницше ; [пер. с нем. Ю. Антоновского]. – Санкт-Петербург : Издательская группа «Азбука-классика», 2010. – 352 с.
245. Новакович М. Страх и его слуга / М. Новакович ; [пер. с серб. Лариса Савельева]. – Москва : Лемакс, 2014. – 320 с.
246. Новая философская энциклопедия : в 4 т. / Ин-т философии РАН, Нац. общ.-науч. фонд ; Научно-ред. Совет : предс. В. С. Степин. – Москва : Мысль, 2001. – Т. III. – 692 с.

247. Онтология. Тексты философии : учеб. пособие для вузов. – Москва : Академический Проект ; Фонд «Мир», 2012. – 363 с.
248. Осінь життя // Порадниця. – 21.10.2010 (№ 42). – С. 1.
249. Основні економічні теорії : навч. посіб. / за заг. ред. П. В. Круша, В. І. Депутат, С. О. Тульчинської. – Київ : Каравела, 2008. – 448 с.
250. Осорина М. «Черная простыня летит по городу», или зачем дети рассказывают страшные истории / М. Осорина // Знание – сила. – 1986. – № 10. – С. 43–45.
251. Оукшот М. Рационализм в политике : [пер. с англ.] / М. Оукшот. – Москва : Идея-Пресс, 2002. – 288 с.
252. Ошо (Бхагаван Шри Раджниш). Краткая биография [Электронный ресурс]. – URL: <http://ariom.ru/litera/osho-bio.htm>.
253. Ошо. Любовь. Свобода. Одиночество / Раджниш Ошо. – Санкт-Петербург : ИД «ВЕСЬ», 2004. – 288 с.
254. Ошо. Неведомое путешествие. За пределы последнего табу / Раджниш Ошо. – Санкт-Петербург : ИД «Весь», 2006. – 288 с.
255. Ошо Раджниш. Храбрость. Радость жить рискуя : [пер. с англ.] / Раджниш Ошо. – Санкт-Петербург : ИД «Весь», 2004. – 224 с.
256. Пандей Р. Б. Древнеиндийские домашние обряды / Р. Б. Пандей ; [пер.с англ. А. А. Вигасина]. – Москва : Высшая школа, 1990. – 319 с.
257. Паниев Н. Ему 148 лет / Н. Паниев, М. Мусаев. – Баку : Азербайджанское государственное издательство, 1956. – 76 с.
258. Парандовский Я. Міфологія / Ян Парандовский. – Київ : Молодь, 1977. – 231 с.
259. Парандовский Я. Олимпийский диск. Сборник / Ян Парандовский. – Москва : Прогресс, 1979. – 383 с.
260. Паскаль Б. Мысли / Б. Паскаль. – Москва : Изд-во Сабашниковых, 1999. – 480 с.

261. Паскаль Б. Мысли о религии / Б. Паскаль. – Москва, 1902. – 234 с.
262. Петрарка Ф. Стихи. Сонеты. Размышления / Ф. Петрарка. – Москва : РИПОЛ КЛАССИК, 199. – 736 с.
263. Петрушенко В. Л. Філософія (вступ до курсу, історія світової та української філософії, фундаментальні проблеми сучасної філософії) : навч. посіб. / В. Петрушенко. – Львів : Вид-во Львівської політехніки, 2014. – 596 с.
264. Петрушенко В. Л. Філософія: Курс лекцій : навч. посіб. для студентів вищих закладів освіти I–IV рівнів акредитації / В. Л. Петрушенко. – Львів : Новий світ – 2000, 2010. – 504 с.
265. Петрушенко В. Філософський словник: терміни, персоналії, сентенції / В. Петрушенко. – Львів : Магнолія 2006, 2011. – 352 с.
266. Пірошенко С. Ю. Екзистенціальний страх в інтерпретації М. Гоголя / С. Ю. Пірошенко // Поетика творів М. Гоголя : зб. наук. пр. / [ред. кол. : О. М. Ніколенко (гол. ред.) та ін.]. – Полтава : ТОВ «АСМІ», 2009. – С. 81–85.
267. Платон. Государство / Платон // Собрание сочинений : в 4 т. – Москва : Мысль, 1994. – Т. 3. – 654 с.
268. Платон. Собрание сочинения : в 3 т. / Платон. – Москва : Мысль, 1972. – Т. 3. – 676 с.
269. Платонов К. К. Занимательная психология / К. К. Платонов. – Москва : Молодая гвардия, 1986. – 224 с.
270. Плутарх. Сравнительные жизнеописания : в 2 т. / Плутарх. – Москва : Наука, 1994. – Т. 1. – 702 с.
271. Подгурская И. И. Мотив страха в произведениях Н. В. Гоголя и М. А. Булгакова / И. И. Подгурская // М. Гоголь і світова література : зб. наук. пр. / [ред. кол.: О. М. Ніколенко (гол. ред.) та ін.]. – Полтава : ТОВ «АСМІ», 2009. – С. 143–149.
272. Поздняков В. А. Фобии. Всё о страхе и о страхах [Електронний ресурс] / В. А. Поздняков. – URL: <http://heatpsy.narod.ru//05/alarm.html>.

273. Поликарпов В. С. История религий. Лекции и хрестоматия / В. С. Поликарпов. – Москва : Гардарика ; Экспертное бюро, 1997. – 312 с.
274. Полный православный богословский энциклопедический словарь : в 2 т. – Москва : Концерн «Возрождение», 1992. – Т. 2. – 1129–2464 с.
275. Полный справочник психоаналитика / под ред. Ю. Ю. Елисеева. – Москва : Эксмо, 2006. – 608 с.
276. Поляк И. Наука и страх (Рабы не каются) / И. Поляк. – Москва : Ретро, 2010. – 416 с.
277. Померанц Г. Встречи с Бубером / Г. Померанц // Бубер М. Два образа веры. – Москва : Республика, 1995. – С. 3–14.
278. Посухов В. Невідомий нам скарб / В. Посухов // Полтавський вісник, 14 червня 2002. – С. 4.
279. Прислів'я та приказки народів РРФСР / упор. та пер. з рос. В. Бойко. – Київ : Дніпро, 1974. – 290 с.– 213 с.
280. Прислів'я та приказки шістьма мовами: близько 2200 одиниць / [уклав Г. Бігун]. – Київ : ТанDEM, 2003. – 320 с.
281. Приходько Ю. О. Психологічний словник-довідник : навч. посіб. / Ю. О. Приходько, В. І. Юрченко. – Київ : Каравела, 2012. – 328 с.
282. Пригожин И. Порядок из хаоса. Новый диалог человека с природой / И. Пригожин, И. Стенгерс ; [пер. с англ. Ю. А. Данилов]. – М.осква : КомКнига, 2005.
283. Про страх і хоробрість [Електронний ресурс]. – URL: <http://waking-up.org/psychologiya-i-psyhoterapiya/pro-strah-ta-horobrist/?lang=uk>.
284. Психологічна енциклопедія / автор-упорядник О. М. Степанов. – Київ : Академвидав, 2006. – 424 с.
285. Психологічний довідник вчителя (О-Я) / за заг. ред. С. Максименка, В. Андрієвської // Психологічна газета. – № 5–6, березень 2004. – С. 49–50.
286. Психологічний тлумачний словник найсучасніших термінів / В. Б. Шапар, В. О. Олефир, А. С. Куфлієвський, Б. І. Фурманець та ін. – Харків : Прапор, 2009. – 672 с.

287. Психология : учебник для экономических вузов / под общ. ред. В. Н. Дружинина. – Санкт-Петербург : Питер, 2000. – 672 с.
288. Рамю Ш. Ф. Великий страх в горах / Ш. Ф. Рамю ; [пер. с фр. Мария Рунова]. – Москва : Центр книги Рудомино, 2014. – 160 с.
289. Ранк О. Травма рождения и её значение для психоанализа / О. Ранк. – Москва : Когито-Центр, 2009. – 240 с.
290. Рассел Б. История западной философии / Бертран Рассел – Ростов-на-Дону : Феникс, 1998. – 992 с.
291. Реале Дж. Западная философия от истоков до наших дней. Т. 3. Новое время / Дж. Реале, Д. Антисери. – Санкт-Петербург : ТОО ТК «Петрополис», 1996. – 736 с.
292. Релігієзнавство : підручник / за ред. О. П. Сидоренка. – Київ : Знання, 2008. – 480 с.
293. Релігієзнавчий словник / за ред. професорів А. Колодного і Б. Лобовика. – Київ : Четверта хвиля, 1996. – 392 с.
294. Рерих Н. Врата в будущее / Н. Рерих. – Рига : Виеда, 1991. – 227 с.
295. Рерих Н. Нерушимое / Н. Рерих. – Рига : Виеда, 1991. – 236 с.
296. Риман Ф. Основные формы страха / Ф. Риман ; [пер. с нем. Э. Л. Гушанского]. – Москва : Алетейа, 1998. – 336 с.
297. Римские стоики: Сенека, Спиктет, Марк Аврелий / Сост. и подгот. текста В. В. Сапов. – Москва : Республика, 1995. – 463 с.
298. Робин К. Страх. История политической идеи / К. Робин. – Москва : Территория будущего, 2007. – 368 с.
299. Романова Е. С. Механизмы психологической защиты. Генезис. Функционирование. Диагностика / Е. С. Романова, Л. Р. Гребенников. – Мытищи, 1996. – 40 с.
300. Рубинштейн С. Л. Основы общей психологии / С. Л. Рубинштейн. – Санкт-Петербург : Питер, 2000. – 720 с.
301. Румунські прислів'я та приказки / [упорядкував та переклав з румунської С. Семчинський]. – Київ : Дніпро, 1978. – 223 с.

302. Рязанцев С. Танатология – наука о смерти / С. Рязанцев. – Санкт-Петербург : Восточно-Европейский Институт Психоанализа, 1994. – 382 с.
303. Рязанцев С. Философия смерти / С. Рязанцев. – Санкт-Петербург : СПИКС, 1994. – 318 с.
304. Савина М. О. Страх как социальное явление : дис. ... канд. филос. наук : 09.00.11 / М. О. Савина. – Волгоград, 2004. – 154 с.
305. Саэди Г. Страх : [повесть] / Г. Саэди ; [пер. с перс. М. Иванишвили]. – Тбилиси : Накадули, 1982. – 158 с.
306. Салливан Г. С. Интерперсональная теория в психиатрии : [пер. с англ.] / Г. С. Салливан. – Санкт-Петербург : Ювента ; Москва : КСП, 1999. – 377 с.
307. Самосознание и защитные механизмы личности : хрестоматия. – Самара : Изд. Дом «БАХРАХ-М», 2003. – 656 с.
308. Самоукина Н. В. Женское одиночество: полноценная жизнь или страдание? / Н. В. Самоукина. – Москва : ООО «Издательство Астрель» ; ООО «Издательство АСТ», 2004. – 250 с.
309. Сантлоуфер Д. Анатомия страха / Д. Сантлоуфер ; [пер. с англ. Л. Мордухович]. – Москва : АСТ, АСТ Москва, 2009. – 352 с.
310. Сартр Ж.-П. Экзистенциализм – это гуманизм / Ж.-П. Сартр // Сумерки богов. – Москва : Политиздат, 1989. – С. 319–344.
311. Свендсен Л. Философия страха / Л. Свендсен. – Москва : Прогресс-Традиция, 2010. – 287 с.
312. Селье Г. Стресс без дистресса : [пер. с англ.] / Г. Селье. – Москва : Прогресс, 1979. – 125 с.
313. Сенека Луций Анней. Философские трактаты / Сенека Луций Анней. – Санкт-Петербург : Алетей, 2000. – 400 с.
314. Сисоева С. О. Психологія та педагогіка : підручник для студентів вищих навчальних закладів непедагогічного профілю традиційної та дистанційної форм навчання / С. О. Сисоева, Т. Б. Поясок. – Кременчук : ПП Щербатих О. В., 2008. – 532 с.

315. Сказание о Борисе и Глебе // Библиотека литературы Древней Руси / под ред. Д. С. Лихачева, Л. А. Дмитриева, А. А. Алексеева, Н. В. Понырко. – Санкт-Петербург : Наука, 1999. – Т. 3 : XI–XII века. – 413 с.
316. Скворцов С. Л. Проблема страха: Искусство жизни в «век смерти» / С. Л. Скворцов // Человек: образ и сущность (Гуманист. аспекты). Ежегодник. – Москва, 1991. – С. 9–38.
317. Скирбекк Г. История философии : учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений / Г. Скирбекк, Н. Гилье ; [пер. с англ. В. И. Кузнецова]. – Москва : Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2001. – 800 с.
318. Скрипченко О. В. Загальна психологія / О. В. Скрипченко, Л. В. Долинська, З. В. Огороднійчук та ін. – Київ : Либідь, 2005. – 464 с.
319. Смерть праведників і грішників. Страх смерті й страх Божий [Електронний ресурс]. – URL: <http://hram.in.ua/biblioteka/osnovy-viry/262-book262/3165-title3716>.
320. Сморг Л. О. Філософія : навч. посіб. / Л. О. Сморг. – Київ : Кондор, 2004. – 416 с.
321. Советский энциклопедический словарь. – Москва : Советская Энциклопедия, 1980. – 1600 с.
322. Сократ // 100 человек, которіе изменили ход истории. – 2008. – № 46. – С. 1–31.
323. Соловьев В. С. Сочинения : в 2 т. / В. С. Соловьев. – Москва : Мысль, 1988. – Т. 1. – 824 с.
324. Соловьев В. С. Сочинения : в 2 т. / В. С. Соловьев. – Москва : Мысль, 1988. – Т. 2. – 824 с.
325. Спиркин А. Г. Философия : учебник / А. Г. Спиркин. – Москва : Гардарики, 2006. – 736 с.
326. Стаднюк И. Ф. Война : роман / И. Ф. Стаднюк. – Москва : Советский писатель, 1988. – 768 с.
327. Сталь Жермена де. О литературе, рассмотренной в связи с общественными установлениями / Жермена де Сталь ; [пер. с франц. В. А. Мильчина]. – Москва : Искусство, 1989. – 476 с.

328. Стаций Публій Папіній. Фиваїда // Публій Папіній Стацій ; [пер. с латин. Ю. А. Шичалин]. – Москва : Наука, 1991. – 352 с.
329. Степанов С. Популярная психологическая энциклопедия / С. Степанов. – Москва : Изд-во Эксмо, 2003. – 640 с.
330. Стеценко В. Вплив християнства на формування політичної культури українського етносу [Електронний ресурс] / В. Стеценко. – URL: <http://www.lnu.edu.ua/faculty/Phil/Visnyk/Visnyk4/Kulturologiija/Stecenko.htm>.
331. Страх денег [Електронний ресурс]. – URL: <http://www.yourfreedom.ru/strax-deneg/>
332. Страх и деньги [Електронний ресурс]. – URL: <http://www.moneybox.in.ua/index.php?id=134>.
333. Страх перед деньгами [Електронний ресурс]. – URL: <http://bizlimit.com/strax-pered-dengami>.
334. Сумма денег, которой я боюсь [Електронний ресурс]. – URL: <http://mexxaseonetworks.com/google-adsense/strah-deneg-chast-2.htm>.
335. Супрун А. Г. Проблема людини в контексті розвитку української екзистенційної традиції / А. Г. Супрун // Мультиверсум. Філософський альманах. – Київ : Центр духовної культури, 2008. – № 74.
336. Сухомлинский В. А. Рождение гражданина : [пер. с укр.] / В. А. Сухомлинский. – Москва : Молодая гвардия, 1979. – 335 с.
337. Сучасна зарубіжна філософія. Течії і напрями. Хрестоматія : навч. посіб. / упорядники В. В. Лях, В. С. Пазенок. – Київ : Ваклер, 1996. – 428 с.
338. Таджикицькі прислів'я та приказки / [упорядкував і переклав з таджицької О. Шокало]. – Київ : Дніпро, 1977. – 176 с.
339. Таранов П. С. Анатомия мудрости: 120 философов : в 2 т. / П. С. Таранов. – Симферополь : Реноме, 1997. – Т. 1 – 624 с.
340. Таранов П. С. Анатомия мудрости: 120 философов : в 2 т. / П. С. Таранов. – Симферополь : Реноме, 1997. – Т. 2. – 624 с.

341. Татаро-монгольское нашествие. Борьба русского народа против Ордынского ига [Електронний ресурс]. – URL: <http://history812.narod.ru/vopros7.html>.
342. Творения святителя Николая Сербского (Велимировича). Библейские темы / общ. ред. И. Числова ; [пер. с сербского С. Фонова]. – Москва : Паломник, 2005. – 478 с.
343. Тендряков В. Весенние перевертыши / В. Тендряков. – Москва : Художественная литература // Роман-газета. – 1974. – № 21. – 45 с.
344. Тілліх П. Мужність бути. Небуття і тривога [Електронний ресурс] / П. Тілліх. – URL: <http://www.ji.lviv.ua/n37texts/tillich.htm>.
345. Тітаренко Д. С. Механізми психологічного захисту в ситуації екзистенціальної загрози [Електронний ресурс] / Д. С. Тітаренко. – URL: <http://extrpsy.org.ua/statya11>.
346. Тіт Лукрецій Кар. Про природу речей / Тіт Лукрецій Кар ; [пер. з латин. А. Содомора]. – Київ : Дніпро, 1988. – 192 с.
347. Тодорова І. С. Основи психології та педагогіки : навч. посіб. / І. С. Тодорова. – Полтава : ПУСКУ, 2002. – 101 с.
348. Томан І. Як удосконалювати самого себе : [пер. з чes.] / І. Томан. – Київ : Політвидав України, 1988. – 319 с.
349. Тоффлер Э. Шок от будущего / Э. Тоффлер // Страх / сост. П. С. Гуревич. – Москва : Алетейя, 1998. – 408 с.
350. Трубников Н. О Смысле жизни и смерти (фрагменты из произведений) / Н. О. Трубников // Родина, 1989. – № 4. – С. 33–35.
351. Туган-Барановский М. И. Социальные основы кооперации / М. М. Туган-Барановский. – Москва : Экономика, 1989. – 496 с.
352. Уайт Е. Деяния апостолов : [пер. с англ.] / Е. Уайт. – Заокский : Источник жизни, 1998. – 448 с.
353. Уайт Э. Патриархи и пророки : [пер. с англ.] / Эллен Уайт. – Заокский : Источник жизни, 1998. – 752 с.
354. Угорські прислів'я та приказки / [упорядкував та переклав з угорської Ю. Шкробинець]. – Київ : Дніпро, 1975. – 144 с.

355. Українські прислів'я та приказки / [упорядкував М. Па-зяк]. – Київ : Дніпро, 1976. – 216 с.
356. Українці: народні вірування, повір'я, демонологія / упор. А. П. Пономарьов, Т. В. Косміна, О. О. Боряк. – Київ : Либідь, 1991. – 640 с.
357. Унамуно М. О трагическом чувстве жизни / М. Унамуно. – Москва : Символ, 1996. – 416 с.
358. Ученые изобретут таблетки от страха на основе «гормона любви» [Електронний ресурс]. – URL: http://islam-today.ru/svetskie_novosti/2014/11/18/ucenye-izobretut-tabletki-ot-straha-na-osnove-gormona-lubvi/
359. Ушкалов Л. Жага «сладкого неробства» / Л. Ушкалов // Україна молода, 30 серпня 2012. – С. 12.
360. Филоненко Е. Тайное общество победителей страха: три истории с хорошим концом / Е. Филоненко. – Москва : Феникс-Премьер, 2015. – 64 с.
361. Філософія : навч. посіб. для студентів і аспірантів вищих навчальних закладів / Л. В. Губерський, І. Ф. Надольний, В. П. Андрущенко, В. П. Розумний та ін. ; за ред. І. Ф. Надольного. – Київ : Вікар, 2002. – 516 с.
362. Філософія. Релігієзнавство. Логіка (Теоретичний курс): Навчальний посібник для студентів вищих навчальних закладів. – Харків : ВД «ІНЖЕК», 2008. – 560 с.
363. Философия : учебник / под ред. В. Д. Губина, Т. Ю. Сидориной. – Москва : Гардарики, 2007. – 828 с.
364. Философия : учебник / под ред. проф. М. Н. Росенко. – Москва : Гардарики, 2005. – 430 с.
365. Філософія як історія філософії : підручник / А. К. Бичко, І. В. Бичко, В. Г. Табачковський, В. І. Ярошовець ; за заг. ред. В. І. Ярошовця. – Київ : Центр учбової л-ри, 2010. – 648 с.
366. Философский энциклопедический словарь / редкол.: С. С. Аверинцев, Э. А. Араб-Оглы, Л. Ф. Ильичев и др. – 2-е изд. – Москва : Советская энциклопедия, 1989. – 815 с.
367. Фихте И. Г. Несколько лекций о назначении ученого; Назначение человека; Основные черты современной

- эпохи : сборник : [пер. с нем.] / И. Г. Фихте. – Минск : ООО «Попурри», 1998. – 480 с.
368. Фишер С. Экономика : [пер. с англ.] / С. Фишер, Р. Дорнбуш, Р. Шмалензи. – Москва : Дело ЛТД, 1993. – 864 с.
369. Франс А. Жизнь в цвету / А. Франс // собр. соч. : в 8 т. – Москва : Художественная литература, 1959. – Т. 7. – 527 с.
370. Фрейд З. Анализ фобии пятилетнего мальчика / З. Фрейд // Психоанализ и детские неврозы. – Санкт-Петербург : Алетейя, 2000. – С. 143–277.
371. Фрейд З. Сновидения. Сексуальная жизнь человека. Избранные лекции / З. Фрейд. – Алма-Ата : Наука, 1990. – 194 с.
372. Фрейд З. Страх / З. Фрейд // Тревога и тревожность: хрестоматия : учеб. пособие / сост. В. М. Астапов. – Санкт-Петербург : Питер, 2001. – 256 с.
373. Фрейд З. Я и Оно : сочинения / З. Фрейд. – Москва : ЭКСМО ; Харьков : Фолио, 2005. – 864 с.
374. Фройд З. Вступ до психоаналізу: Лекції зі вступу до психоаналізу з новими висновками / З. Фройд ; [пер. з нім. П. Тарашук]. – Київ : Основи, 1998. – 710 с.
375. Фролова О. С. Феномен страха в культуре : дис. ... канд. филос. наук: 24.00.01 / О. С. Фролова. – Ростов-на-Дону, 2006. – 133 с.
376. Фромм Э. Бегство от свободы ; Человек для себя : [пер. с англ.] / Э. Фромм. – Минск : ООО «Попурри», 1998. – 672 с.
377. Фромм Э. Ситуация человека – ключ к гуманистическому психоанализу / Эрих Фромм // Проблема человека в западной философии. – Москва : Прогресс, 1988. – 544 с.
378. Фромм Э. Человек для самого себя / Эрих Фромм. – Москва : АСТ: АСТ Москва, 2010. – 350 с.
379. Хайдеггер М. Бытие и время / М. Хайдеггер ; [пер. с нем. В. В. Библихина]. – Москва : Ad Marginem, 1997. – 451 с.
380. Хайдеггер М. Что такое метафизика? / М. Хайдеггер ; [пер. с нем. В. В. Библихина] // Время и бытие. – Москва : Республика, 1993. – 447 с.

381. Хамітов Н. В. Самотність як феномен людського буття : автореф. дис. ... д-ра філос. наук / Н. В. Хамітов. – Київ, 1998. – 34 с.
382. Хамітов Н. Страх / Н. Хамітов, С. Крилова // Філософський словник. Людина і світ. – Київ : КНТ, Центр навчальної літератури, 2007. – 264 с.
383. Хамитов Н. Тайна мужского и женского. Исцеление афоризмами / Н. Хамитов. – Київ : Либідь, 2002. – 176 с.
384. Хамитов Н. В. Философия человека: от метафизики к метаантропологии / Н. В. Хамитов – Київ : Ника-Центр ; Москва : Институт общегуманитарных исследований, 2002. – 334 с.
385. Хассен С. Освобождение от психологического насилия / Стивен Хассен. – Санкт-Петербург : Прайм-ЕВРОЗНАК, 2002. – 400 с.
386. Херрман Ф.-В. Понятие феноменологии у Хайдеггера и Гуссерля / Ф.-В. Херрман. – Томск : Водолей, 1997. – 192 с.
387. Хлеб наш насущный // Еженедельное христианское чтение. – Минск : Библейский Радиокласс, 2001. – 368 с.
388. Хорни К. Невротическая личность нашего времени; Самоанализ / К. Хорни ; [пер. с англ. В. В. Старовойтова]. – Москва : Прогресс ; Универс, 1993. – 480 с.
389. Хрипко С. А. Етнокультурна царина духовно-релігійних обрисів української ментальності: усталеності та інновації: монографія / С. А. Хрипко. – Київ : НПУ ім. М. П. Драгоманова, 2009. – 150 с.
390. Христианство – свобода от страха [Электронный ресурс]. – URL: http://www.nenadoada.ru/kak_byt_khristianinom/khristianstvo_svoboda_ot_strakha.
391. Хьелл Л. Теории личности / Л. Хьелл, Д. Зиглер. – Санкт-Петербург : Питер, 2000. – 608 с.
392. Хюбшер А. Мыслители нашего времени / А. Хюбшер ; [пер. с нем. И. А. Саца]. – Москва : Иностранная литература, 1962. – 357 с.

393. Цвейг С. Страх. Новеллы / С. Цвейг ; [пер. с нем. Н. Касаткиной]. – Москва : Рипол-классик, 2002. – 320 с.
394. Цицерон Марк Туллий. Избранные произведения : [пер. с латин.] / Марк Туллий Цицерон. – Москва : Худож. лит., 1975. – 455 с.
395. Чанышев А. Н. Трактат о небытии / А. Н. Чанышев // Вопросы философии. – 1990, № 10. – С. 158–165.
396. Человек. Философско-энциклопедический словарь. – Москва : Наука, 2000. – 516 с.
397. Шадських Ю. Г. Психологія: Короткий навчальний словник: терміни і поняття / Ю. Г. Шадських, В. М. Піча. – Львів : Магнолія 2006, 2008. – 276 с.
398. Швалб Ю. М. Одиночество: социально-психологические проблемы / Ю. М. Швалб, О. В. Данчева. – Київ : Україна, 1991. – 270 с.
399. Шеллинг Ф. Сочинения : в 2 т. / Ф. Шеллинг. – Москва : Мысль, 1987. – Т. 1. – 637 с.
400. Шерпетите Р. Онтология страха и нигилизм: Серен Кьеркегор [Электронный ресурс] / Р. Шерпетите. – URL: http://www.existradi.ru/index.php?option=com_content&view=article&id=.
401. Шестов Л. Potestas clavium (Власть ключей) / Л. Шестов. – Москва : АСТ, Хранитель, 2007. – 68 с.
402. Шишова Т. Л. Страх мой – враг мой: как помочь ребенку избавиться от страхов / Т. Л. Шишова. – Москва : Никея, 2011. – 144 с.
403. Школьник Ю. К. Человек. Полная энциклопедия / Ю. К. Школьник. – Москва : Эксмо, 2007. – 256 с.
404. Шопенгауэр А. Афоризмы житейской мудрости : [пер. с нем.] / Артур Шопенгауэр. – Санкт-Петербург : Азбука, Азбука-Аттикус, 2011. – 256 с.
405. Штайгер Е. Альфред Нобель боялся умереть, как Гоголь / Елена Штайгер // Семь, № 50, 13–19 декабря 2004. – С. 6–7.
406. Щербатых Ю. В. Экзистенциальные страхи [Электронный ресурс] / Ю. В. Щербатых // Избавься от страха. – URL:

http://www.no-stress.ru/anxiety/get_rid_of_it/existential_fears.html.

407. Щербатых Ю. В. Избавиться от страха? Это просто! / Ю. В. Щербатых. – Москва : ЭКСМО, 2006. – 256 с.
408. Щербатых Ю. В. Причины храбрости [Электронный ресурс] / Ю. В. Щербатых. – URL: <http://www.nostress.ru/anxiety/courage.html>.
409. Щербатых Ю. В. Психология страха: популярная энциклопедия / Ю. В. Щербатых. – Москва : Эксмо, 2007. – 512 с.
410. Юм Д. Сочинения : в 2 т. : [пер. с англ.] / Д. Юм. – Москва : Мысль, 1966. – Т. 1. – 847 с.
411. Юм Д. Сочинения : в 2 т. : [пер. с англ.] / Д. Юм. – Москва : Мысль, 1966. – Т. 2. – 928 с.
412. Якимова Е. В. Геронтология в динамическом обществе / Е. В. Якимова, Л. Торнстон // Социальная геронтология: современные исследования. – Москва : ИНИОН РАН, 1994. – С. 58–68.
413. Яковенко Б. У чому причина занепаду та загибелі Київської Русі? / Б. Яковенко // День. – № 41. – 2 березня 2001 р.
414. Ялом И. Вглядываясь в солнце. Жизнь без страха смерти / И. Ялом ; [пер. сангл. А. Петренко]. – Москва : Эксмо, 2008. – 352 с.
415. Ялом И. Экзистенциальная психотерапия / И. Ялом ; [пер. с англ. Т. С. Драбкиной]. – Москва : Независимая фирма «Класс», 2000. – 576 с.
416. Ямамото Цунэтомо. Хагакурэ // Книга самурая: Юдзан Дайдодзи. Будосесинсю. Ямамото Цунэтомо. Хагакурэ. Юкио Мисима. Хагакурэ Ньюмон. – Санкт-Петербург : Евразия, 2005. – С. 91–264.
417. Ясперс К. Вопрос виновности / К. Ясперс // Знамя, 1994. – № 1. – С. 146–168.
418. Ясперс К. Смысл и назначение истории : [пер. с нем.] / К. Ясперс. – Москва : Политиздат, 1991. – 527 с.
419. Bowlby J. Maternal care and mental health / J. Bowlby – Geneva: World Health Organisation, 1952.

420. Delumeau J. La Peur en Occident (XIV-XVII siecles). Une cite assiege / J. Delumeau. – P., 1978. – 346 p.
421. Luther M. Works / M. Luther. – Philadelphia, 1995. Vol. 48. – 406 p.
422. Martinich A. Hobbes: A Biography / A. Martinich. – Cambridge: Cambridge Press, 1999. – 390 p.
423. Strauss L. The Political Philosophy of Hobbes. Its Basis and Its Genesis / L. Strauss – Chicago : University of Chicago Press, 1952. – 172 p.
424. Fedotov G. P. The Russian religious mind: Kievan Christianity: The tenth to the thirteenth centuries / G. P. Fedotov. – Cambridge (Mass) : Harvard Univ. press, 1996. – Vol 1. – 431 p.

Наукове видання

МОВЧАН Михайло Миколайович

СТРАХ ЯК ПРОБЛЕМА БУТТЯ ЛЮДИНИ В СОЦІАЛЬНОМУ СЕРЕДОВИЩІ

МОНОГРАФІЯ

Головний редактор *М. П. Гречук*
Комп'ютерне верстання *О. С. Корніліч*

Формат 60x84/16. Ум. друк. арк. 20,7.
Тираж 300 пр. Зам. № 097/1038.

Видавець і виготовлювач
Вищий навчальний заклад Укоопспілки
«Полтавський університет економіки і торгівлі»,
к. 115, вул. Коваля, 3, м. Полтава, 36014; ☎(0532) 50-24-81

Свідectво про внесення до Державного реєстру видавців, виготівників і
розповсюджувачів видавничої продукції ДК № 3827 від 08.07.2010 р.